Cuisinart®

LIVRET D'INSTRUCTIONS

Recettes à l'endos



Multicuiseur 4 en 1 Cook Central^MC	**Série MSC-800C**

Pour votre sécurité et votre satisfaction continue, prenez toujours le temps de lire le livret d'instructions attentivement avant d'utiliser l'appareil.

IB-10299-CAN

PRÉCAUTIONS IMPORTANTES

Lorsque vous utilisez un appareil électrique, il faut toujours respecter certaines règles de sécurité élémentaires, dont celles-ci :

1. **LISEZ TOUTES LES INSTRUCTIONS.**
2. Évitez de toucher les surfaces chaudes. Utilisez les poignées. Utilisez toujours des gants de cuisinier pour manipuler des articles chauds.
3. Pour éviter tout risque de choc électrique, ne mettez jamais l'appareil dans l'eau ou un liquide quelconque. Si l'appareil venait qu'à tomber dans l'eau, débranchez-le immédiatement de la prise. **NE METTEZ PAS LES MAINS DANS LE LIQUIDE.**
4. Exercez une surveillance étroite lorsque l'appareil est utilisé par des enfants ou à proximité d'enfants.
5. Débranchez l'appareil quand il ne sert pas et avant de le nettoyer. Laissez-le toujours refroidir avant de le nettoyer et avant d'enlever ou de reposer des pièces.
6. N'utilisez pas l'appareil quand son cordon ou sa fiche sont endommagés ou encore, après qu'il a mal fonctionné, a été échappé ou a été endommagé de quelque façon que ce soit. Retournez-le au Centre de service-clients (voir les détails dans la garantie) pour le faire examiner, réparer et ajuster, s'il y a lieu.
7. N'utilisez pas d'accessoires non recommandés par Cuisinart sous peine de causer un incendie, un choc électrique ou des blessures.
8. N'utilisez pas l'appareil à l'extérieur ni à un endroit où son cordon ou le boîtier pourrait venir en contact avec de l'eau en cours d'utilisation.
9. N'utilisez pas l'appareil à des fins autres que celles pour lesquelles il a été conçu.
10. N'utilisez pas l'appareil comme une friteuse.
11. Ne laissez jamais le cordon électrique pendre du rebord du plan de travail ou de la table où il risquerait d'être accroché et de faire tomber l'appareil et de l'endommager ou de causer des blessures corporelles.
12. Pour ne pas endommager le cordon électronique, ce qui pourrait constituer un risque d'incendie ou d'électrocution, ne le laissez pas entrer en contact avec des surfaces chaudes, y compris la cuisinière.
13. Exercez une très grande prudence quand vous déplacez un appareil qui contient de l'huile ou des liquides chauds.
14. Ne mettez pas l'appareil pas sur un brûleur à gaz ou sur un élément électrique, ou près de ceux-ci, ni dans un four chaud.
15. Ne faites pas fonctionner l'appareil dans l'eau ou sous l'eau du robinet.
16. Évitez tout changement de température brusque, comme il pourrait se produire lorsqu'on ajoute des aliments réfrigérés dans la marmite chaude.
17. **MISE EN GARDE : POUR RÉDUIRE LE RISQUE DE DÉCHARGE ÉLECTRIQUE, FAITES CUIRE LES ALIMENTS DANS LA MARMITE OU DANS DES RÉCIPIENTS PLACÉS SUR LA GRILLE DANS LA MARMITE.**
18. **MISE EN GARDE :** Une marmite chaude déposée directement sur la table ou un comptoir risque d'en endommager la surface. Lorsque vous sortez la marmite chaude du multicuiseur, déposez-la toujours sur un sous-plat ou une grille.
19. Pour débrancher l'appareil, mettez la commande marche-arrêt à la position d'arrêt, puis débrancher la fiche de la prise murale.

CONSERVEZ LES PRÉSENTES INSTRUCTIONS

POUR USAGE DOMESTIQUE SEULEMENT

INSTRUCTIONS CONCERNANT LE CORDON COURT

L'appareil est muni d'un cordon d'alimentation électrique court pour éviter les blessures reliées aux risques d'emmêlement ou de trébuchement que présente un cordon long. Il est possible d'utiliser une rallonge électrique, à la condition de prendre certaines précautions.

Si vous utilisez une rallonge électrique, son calibre doit être égal ou supérieur à celui de l'appareil. De plus, elle doit être placée de façon qu'elle ne pende pas du comptoir ou de la table pour éviter que les enfants ne puissent l'atteindre ou que quelqu'un ne trébuche dessus.

AVIS

L'appareil est muni d'une fiche d'alimentation polarisée (une des deux broches est plus large que l'autre). Pour réduire les risques de choc électrique, il n'y a qu'une seule façon d'insérer cette fiche dans une prise de courant polarisée. Si la fiche n'entre pas dans la prise, tournez-la; si elle n'entre toujours pas, communiquez avec un électricien qualifié. Ne contournez pas cette mesure de sécurité de quelque manière que ce soit.

TABLE DES MATIÈRES

CARACTÉRISTIQUES ET AVANTAGES



1. **Couvercle en verre avec poignée**
   Permet de vérifier l'avancement de la cuisson sans qu'il soit nécessaire d'ouvrir le couvercle et de laisser ainsi de la vapeur s'échapper.
2. **Grille de rôtissage/étuvage réversible**
   Soulève les ingrédients du fond de la marmite pour la cuisson à la vapeur ou le rôtissage.
3. **Marmite antiadhésive en aluminium coulé**
   Permet de rissoler, de saisir ou de sauter les ingrédients directement dans l'appareil. Capacité généreuse de 7 pintes (6,6 litres) et répartition égale de la chaleur.
4. **Cordon rétractable (non montré)**
   Facile et pratique pour le rangement..
5. **Exempt de BPA (non montré)**
   Toutes les pièces qui viennent en contact avec les aliments sont exemptes de BPA.

FAMILIARISEZ-VOUS AVEC LE PANNEAU DE COMMANDE

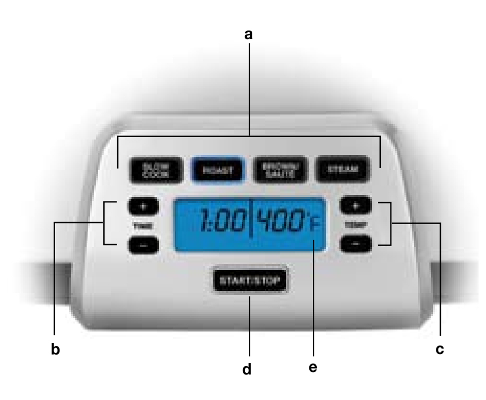
a. **Touches de fonction de cuisson**
   Permet de choisir la fonction de cuisson : MIJOTER (SLOW COOK), RÔTIR (ROAST), RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE) ou ÉTUVER (STEAM).

b. **Touches de réglage de la minuterie (+ ou -)**
   Permet de régler la durée de cuisson. Abaissez et maintenez la touche pour faire défiler les minutes rapidement; appuyez dessus successivement pour les faire défiler plus lentement.

c. **Touches de réglage de la température (+ ou -)**
   Permet de régler la température de cuisson. Appuyez et maintenez la touche pour faire défiler les degrés de température rapidement; appuyez dessus successivement pour les faire défiler plus lentement.

d. **Bouton MARCHE/ARRÊT**
   Permet de mettre l'appareil en marche et de l'arrêter.

e. **Afficheur à ACL rétroéclairé bleu**
   Montre côte à côte la durée de cuisson et la température.



FONCTIONNEMENT

Il est vraiment simple de cuisiner avec le multicuiseur 4 en 1 Cook Central[MC]. Vous faites mijoter les aliments comme avec une mijoteuse ordinaire, rôtir comme dans un four ordinaire et revenir ou rissoler les aliments comme vous le feriez dans une sauteuse.

1. Choisissez la fonction.
2. Réglez la durée de cuisson et la température.
3. Appuyez sur la touche MARCHE/ ARRÊT pour mettre l'appareil en marche.
4. Appuyez de nouveau sur la touche MARCHE/ARRÊT pour éteindre l'élément, en tout temps pendant la cuisson.

REMARQUE : Utilisez toujours des manicles pour saisir l'appareil durant et après la cuisson, et soulevez toujours le couvercle à l'opposé de vous – l'appareil sera chaud.

CHANGEMENT DE FONCTION EN COURS DE CUISSON

Il est facile de changer de fonction pendant la cuisson. Il suffit d'appuyer sur la touche correspondant à la nouvelle fonction désirée et l'appareil passe automatiquement aux réglages implicites pour cette fonction. Vous n'avez plus qu'à régler la durée de cuisson et la température, selon vos besoins.

Vous pouvez régler l'un ou l'autre en tout temps à l'aide des touches de réglage de la minuterie ou de la température.

Il n'est pas nécessaire d'appuyer sur la touche MARCHE/ARRÊT pour passer aux nouveaux réglages.

CUISSON SANS MINUTERIE

Si vous ne souhaitez pas programmer la durée de cuisson, l'appareil fonctionnera à la température choisie jusqu'à ce que vous éteigniez l'élément, à la main ou qu'il s'éloigne lui-même automatiquement à l'expiration de la durée de cuisson maximale admissible pour la fonction choisie.

REMARQUE : Ne laissez pas l'appareil fonctionner à 500 °F (260 °C) pendant plus d'une heure, car cela risque d'abîmer le revêtement antiadhésif ou de causer une surchauffe.

MODE VEILLE

L'appareil est doté d'un mode veille qui permet d'économiser l'énergie en éteignant tous les voyants lorsqu'il n'est pas en fonction ou que vous mettez fin à la cuisson manuellement. Appuyez sur n'importe quelle touche pour réactiver l'appareil et l'utiliser à la fonction désirée.

PROGRAMMATION

RISSOLER, SAUTER, SAISIR (BROWN, SAUTÉ, SEAR)

1. Appuyez sur RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE) : l'afficheur indiquera 350 °F (176 °C), la température la plus souvent utilisée pour faire rissoler ou revenir les aliments.
2. Appuyez sur les touches de réglage de la température (+ ou -) pour choisir une température différente entre 250 °F (120 °C) et 500 °F (260 °C).
3. Appuyez sur la touche MARCHE/ ARRÊT pour faire préchauffer l'appareil : la température clignotera pendant cette période de préchauffage.
4. Quand l'appareil aura atteint la température de préchauffage, il émettra deux tonalités. Vous pourrez alors ajouter les aliments dans la marmite. (Vous obtiendrez de meilleurs résultats si les aliments ne sont pas trop entassés.)
5. Lorsque les aliments sont cuits, appuyez sur la touche marche-arrêt pour mettre fin à la cuisson ou, lorsque les aliments sont dorés à votre goût, passez à la prochaine fonction de votre recette. Il n'est pas nécessaire d'abaisser la touche MARCHE/ARRÊT de nouveau, puisque l'appareil est déjà en marche.

REMARQUE : Bien qu'on fasse habituellement rissoler ou dorer les ingrédients à la main, vous pouvez régler

la durée de cuisson si vous le désirez à l'aide des touches de réglage de la minuterie. Si vous programmez une durée, le compte à rebours commence lorsque la température de réglage a été atteinte. L'appareil se met automatiquement hors tension à l'expiration du délai.

MIJOTER (SLOW COOK)

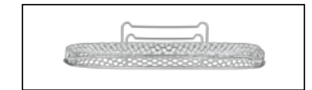
1. Remplissez la marmite d'ingrédients et fermez le couvercle.
2. Abaissez la touche MIJOTER (SLOW COOK) : l'afficheur indiquera DOUX (LOW), la température la plus souvent utilisée pour faire mijoter les aliments.
3. Réglez la température de cuisson à VIF, DOUX, TRÈS DOUX OU GARDE-AU-CHAUD (HIGH, LOW, SIMMER ou WARM), à l'aide des touches de réglage de la température : l'indication sera affichée au bas de l'afficheur.
4. Réglez la durée de cuisson (jusqu'à 24 heures) à l'aide des touches de réglage de la minuterie.
5. Appuyez sur la touche MARCHE/ ARRÊT pour lancer l'opération : l'afficheur indiquera la durée et la température (HIGH, LOW, SIMMER ou WARM).

REMARQUE : Si vous avez fait rissoler les ingrédients avant de les faire mijoter, l'appareil est déjà en marche; il n'est donc pas nécessaire d'effectuer l'étape 5.

6. Lorsque vous faites mijoter des aliments en mode VIF, DOUX, TRÈS DOUX OU GARDE-AU-CHAUD (HIGH, LOW, SIMMER ou WARM), l'appareil émettra cinq tonalités à la fin de la durée de cuisson et passera automatiquement en mode « garde au chaud » pendant 8 heures.
7. À l'expiration du délai de « garde-au-chaud », l'appareil émettra une tonalité et l'élément s'éteindra.
8. Pour éteindre l'élément manuellement à n'importe quel moment, appuyez sur la touche marche-arrêt.

RÔTIR (ROAST)

1. Placez la grille dans la marmite, comme vous le voyez ci-dessous. Disposez les ingrédients sur la grille et fermez le couvercle pour accélérer le préchauffage.



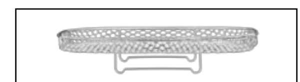
2. Appuyez sur la touche RÔTIR (ROAST) : l'afficheur indiquera 350 °F (176 °C), la température la plus souvent utilisée pour faire rôtir des aliments.
3. Réglez la température de cuisson entre 250 °F (120 °C) et 450 °F (230 °C) à l'aide des touches de réglage de la température.
4. Réglez la durée de cuisson (jusqu'à 6 heures) à l'aide des touches de réglage de la minuterie.
5. Appuyez sur la touche MARCHE/ ARRÊT pour démarrer la cuisson : la durée et la température clignoteront dans l'afficheur jusqu'à ce que l'appareil ait atteint la température de réglage.

REMARQUE : Si vous avez fait dorer les ingrédients avant de les mettre à rôtir, l'appareil est déjà en marche; il n'est donc pas nécessaire d'effectuer l'étape 5.

6. Lorsque l'appareil aura atteint la température de rôtissage choisi, il émettra deux tonalités et commencera le compte à rebours.
7. À l'expiration du délai de cuisson, l'appareil émettra cinq tonalités et l'élément s'éteindra automatiquement.
8. Retirez les aliments de la marmite avec précaution à l'aide d'une cuillère, d'une fourchette ou de pinces. Ne saisissez pas la grille par ses poignées, car elles seront très chaudes.
9. Pour éteindre l'élément à la main en tout temps, vous n'avez qu'à abaisser la touche MARCHE/ARRÊT.

ÉTUVER (STEAM)

1. Versez environ 1 pinte (1 L) d'eau ou d'un autre liquide dans la marmite et placez la grille en position d'étuvage, comme vous le voyez ci-dessous. Fermez le couvercle. Pour de meilleurs résultats, n'ajoutez pas les ingrédients dans la marmite tant que l'appareil n'a pas atteint la température d'étuvage. (Le préchauffage est alors terminé.)



2. Appuyez sur la touche ÉTUVER (STEAM). La température d'étuvage ne se modifie pas.
3. Réglez la durée de cuisson (jusqu'à 1½ heure) à l'aide des touches de réglage de la minuterie.
4. Appuyez sur la touche MARCHE/ ARRÊT pour lancer le préchauffage : la durée et la température clignoteront dans l'afficheur.
5. Quand l'appareil aura atteint la température requise pour la cuisson à l'étuvée, il émettra deux tonalités et commencera le compte à rebours. Saisissez le couvercle avec des manicles et soulevez-le à l'opposé de vous, placez les aliments sur la grille, du centre vers l'extérieur. Refermez le couvercle.
6. À l'expiration du délai de cuisson, l'appareil émettra cinq tonalités et l'élément s'éteindra automatiquement.
7. Retirez les aliments de la marmite avec précaution à l'aide d'une cuillère, d'une fourchette ou de pinces.
8. Pour éteindre l'élément à la main en tout temps, vous n'avez qu'à appuyer sur la touche MARCHE/ARRÊT.

REMARQUE : L'appareil est muni d'un dispositif de protection qui le met hors tension en cas d'évaporation complète du liquide afin de prévenir les dommages.

NETTOYAGE ET ENTRETIEN

Toutes les pièces amovibles sont lavables au lave-vaisselle.

1. Débranchez l'appareil et laissez-le refroidir parfaitement avant de le nettoyer.
2. N'immergez jamais l'appareil dans l'eau ou un autre liquide.
3. Pour nettoyer le boîtier et le panneau de commande, essuyez-les simplement avec un chiffon humide propre.
4. Lavez la marmite, le couvercle et la grille dans l'eau chaude savonneuse et rincez-les parfaitement. Ces pièces peuvent également être lavées dans le lave-vaisselle.
5. Essuyez toutes les pièces après chaque utilisation.
6. Confiez toute opération d'entretien courant à un représentant autorisé du service.

REMARQUE : Si des résidus d'aliments restent attachés à la marmite, remplissez-la d'eau chaude savonneuse et laissez-la tremper avant de la nettoyer. S'il faut la récurer, utilisez un nettoyant non abrasif ou un détergent liquide avec un tampon ou une brosse en nylon.

TRUCS ET CONSEILS

- La durée de préchauffage varie en fonction de la fonction de cuisson, mais aussi d'autres facteurs, tels que la température choisie, la température actuelle de la marmite ou le contenu de la marmite. Par exemple, l'appareil peut atteindre la température préréglée pour la fonction RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE), mais nécessiter un temps de préchauffage additionnel quand on passe à la fonction RÔTIR (ROAST), même s'il est réglé à la même température.

Voici une idée du temps de préchauffage des différentes fonctions :

- Rissoler/Sauter (Brown/Saute) (350 °F [176 °C], marmite vide) - 5 minutes

- Rôtir (Roast) (400 °F [204 °C),], avec un rôti de 4 lb [1,8 kg]) - 9½ minutes
- Étuver (Steam) (1 pinte [0,95 litre] d'eau) - 8½ minutes
- Utilisez toujours des ustensiles antiadhérents dans la marmite pour ne pas risquer d'abîmer le fini antiadhérent.

CONSEILS POUR FAIRE RISSOLER OU SAUTER LES ALIMENTS

- Utilisez la fonction RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE) comme vous le feriez avec une sauteuse ou un poêlon sur la cuisinière – qu'il s'agisse de prépare un sauté rapide ou de saisir des aliments à faire mijoter ou braiser.
- La fonction RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE) convient également pour faire dorer les aliments de tous les côtés avant de les mettre à rôtir.
- Pour que les aliments dorent également, il est important de ne pas les entasser dans la marmite. Les aliments doivent être cuits en une seule couche uniforme sur le fond de la marmite; procédez par lots, au besoin.
- De nombreuses recettes demandent de faire rissoler ou revenir les aliments avant de les faire mijoter ou rôtir. Comme certains aliments sont plus gras, vous voudrez probablement retirer le gras accumulé de la marmite avant de poursuivre la cuisson. À cette fin, saisissez la marmite avec précaution à l'aide de manicles et videz la graisse par un coin. Remettez la marmite dans le boîtier et terminez la cuisson.
- Lorsqu'on fait rissoler de la viande, les miettes dorées qui sont laissées au fond de la marmite confèrent beaucoup de saveur au plat. Déglacez le fond en versant une petite quantité de liquide (comme du vin ou du bouillon) dans la marmite, grattez avec une cuillère en bois et laissez le tout dans la marmite. Incorporez au plat ou à la sauce.
- La fonction RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE) peut être utilisée pour réchauffer les aliments. Placez les aliments précuits dans la marmite. Réglez l'appareil à RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE) à 350 °F (176 °C). Remuez les aliments jusqu'à ce qu'ils soient parfaitement chauds. Lorsque les aliments commencent à bouillir, passez au mode « garde-au-chaud » de la fonction MIJOTER (SLOW COOK) pour servir.

CONSEILS POUR FAIRE RÔTIR LES ALIMENTS

- Disposez les aliments sur la grille, puis mettez celle-ci dans la marmite. Fermez le couvercle pour le préchauffage et la cuisson.
- Certaines recettes ne nécessitent pas l'utilisation de la grille; certains aliments ont besoin de la chaleur directe.
- Faites attention lorsque vous sortez les aliments rôtis, car les parois de la marmite pourraient être chaudes. Laissez les viandes rôties reposer pendant environ dix minutes pour que les sucs se distribuent uniformément. Retirez les aliments de la grille et disposez-les sur une planche à découper ou un plateau pour le service.
- Il est avantageux de faire dorer certains aliments comme les viandes et la volaille sur toutes leurs faces au préalable, car cela caramélise l'extérieur et scelle les sucs à l'intérieur.
- Pour empêcher les aliments de coller, vaporisez la grille d'un enduit de cuisson au préalable.
- Vous pouvez utiliser la fonction RÔTIR (ROAST) pour faire cuire des gâteaux et des pains. L'appareil accepte un moule à pain ou un moule à gâteau rond ou carré de 8 pouces (20 cm). Placez le moule sur la grille de rôtissage et réglez l'appareil à la température que vous utiliseriez avec votre four conventionnel.

CONSEILS POUR LE MIJOTAGE

- Le mijotage est parfait pour les aliments qui doivent cuire longuement à feu doux, comme les soupes, les bouillons, les ragoûts ou les haricots secs.

- Le mijotage convient également aux coupes de viande moins tendres et plus économiques comme les rôtis d'épaule ou les morceaux à braiser.
- Il est conseillé de faire dorer les aliments avant de les faire mijoter, puisque cela confère une meilleure saveur au plat fini. Cependant, si vous êtes pressé, vous pouvez sauter cette étape et mettre tous les ingrédients dans la marmite pour les laisser mijoter.
- Si vous adaptez une recette pour la mijoteuse au multicuiseur et que la recette demande que l'aliment soit doré ou rôti au préalable, vous devrez augmenter la quantité de liquide, parce que la température de départ sera plus élevée dans la marmite que dans une mijoteuse ordinaire. Chaque recette est différente et nous avons créé nos propres recettes en conséquence, mais de manière générale, il faut doubler la quantité de liquide pour un braisage de longue durée ou l'augmenter de moitié pour une soupe ou un ragoût. De plus, vous devez régler la minuterie vers le bas de la fourchette de durée de cuisson recommandée.
- Il faut toujours faire dorer la viande hachée avant de la mettre à mijoter.
- Il est possible de faire mijoter les aliments pendant une période allant jusqu'à 24 heures et de les garder au chaud pendant 8 heures. Certains aliments bénéficient d'un long mijotage à feu doux ou très doux, mais peuvent être finis et servis beaucoup plus tôt. Certaines des recettes fournies prévoient une fourchette de durées de cuisson; ajustez-les selon vos préférences.
- Pour obtenir de meilleurs résultats, remplissez le multicuiseur au moins au quart, mais jamais plus qu'aux trois quarts.
- Pour cuire parfaitement, les légumes racines comme les carottes et les pommes de terre doivent être coupées en morceaux d'au plus 1 pouce (2,5 cm). Cela est particulièrement important dans le cas de plats mijotés moins de 6 heures.
- Les légumes qu'on aime légèrement croquants doivent être ajoutés durant les 30 dernières minutes de la durée de cuisson pour qu'ils ne soient pas trop cuits. Les fines herbes fraîches doivent être ajoutées aux plats juste avant le service.
- De manière générale, une heure de cuisson à feu vif (High) équivaut à deux heures à feu doux (Low).
- La fonction garde-au-chaud garde le plat à la bonne température de service, après qu'il a mijoté à point.
- Il faut éviter d'ouvrir le couvercle pendant la période de mijotage. Lorsque la vapeur s'échappe, la durée de cuisson s'en trouve prolongée. Chaque fois qu'on ouvre le couvercle, il faut ajouter 15 à 20 minutes de cuisson.
- Retirez le gras à la surface du plat mijoté à l'aide d'une louche ou d'un papier absorbant. Ou encore, réfrigérez le plat pour que le gras fige, puis retirez le gras et jetez-le avant de réchauffer le plat et de le servir.
- De nombreux plats mijotés comme les ragoûts ou le chili sont meilleurs réchauffés.
- Une excellente façon de réchauffer les plats mijotés consistent à les apporter à faible ébullition à la fonction RISSOLER/SAUTER (BROWN/SAUTE) à 350 °F (176 °C), tout en les remuant pour s'assurer qu'ils sont chauds, puis de passer au mode « garde-au-chaud » de la fonction MIJOTER (SLOW COOK) pour servir.
- Les aliments congelés doivent être parfaitement décongelés avant d'être mis à mijoter.
- Vous pouvez assembler la recette la veille. Rissolez les ingrédients au besoin, puis combinez le reste des ingrédients dans la marmite. Couvrez et réfrigérez. Au moment de mettre à cuire, placez la marmite dans le multicuiseur froid et prolongez la durée de cuisson de 30 minutes.
- Pour réduire la quantité de matières grasses des plats, enlevez autant de gras visible que possible des viandes et des volailles avant de les mettre à cuire.

Ôtez la peau des volailles et égouttez tout le gras des viandes que vous avez fait dorer.

- Les haricots secs doivent être trempés pendant toute une nuit, bouillis, égouttés et rincés avant d'être incorporés à la recette. Ne leur ajoutez pas de sel ou d'acide pendant la cuisson, car cela les empêchera de ramollir complètement. Les haricots secs peuvent être cuits d'avance, égouttés et congelés. Vous n'avez qu'à les faire décongeler pour les ajouter à vos recettes préférées.

Adaptez vos propres recettes pour le mijotage :

- Pour les recettes qui ne demandent pas de faire rissoler, sauter ou rôtir les ingrédients au préalable, réduisez la quantité de liquide de cuisson d'au moins la moitié (sauf pour ce qui est des soupes). Comme les liquides ne s'évaporent pas durant le mijotage comme ils le font dans la cuisson traditionnelle, on finit souvent avec beaucoup plus de liquide que ce avec quoi on a commencé.
- Pour les recettes qui demandent de faire rissoler, sauter ou rôtir les ingrédients au préalable, vous devrez augmenter la quantité de liquide de cuisson. Bien que chaque recette soit différente, il faudra en règle générale doubler la quantité de liquide pour un plat à braiser longuement mais l'augmenter seulement de moitié pour les soupes et les ragoûts. Vous devrez également programmer la durée de cuisson vers le bas de la fourchette de temps recommandé.
- Certaines coupes de viande se prêtent davantage au mijotage. Les coupes faibles en gras comme les poitrines de poulet désossées et sans peau ou le filet de porc peuvent sembler secs s'ils sont mijotés. (Voyez nos suggestions à la page 9.)
- Les produits laitiers (lait, crème sure et certains fromages) se décomposent et caillent pendant le mijotage. Remplacez-les par du lait évaporé en boîte ou du lait écrémé en poudre, ou ajoutez-les durant les 30 dernières minutes de cuisson.
- Lorsque vous faites des soupes, mettez d'abord les ingrédients solides dans le multicuiseur, puis recouvrez-les de liquide. Si vous préférez une soupe plus claire, ajoutez plus de liquide (au goût) vers la fin de la cuisson.
- Si la recette demande des pâtes précuites, faites-les cuire PARTIELLEMENT, puis ajoutez-les à la marmite durant les 30 dernières minutes de cuisson. Il en est autant du riz. Ajoutez le riz précuit durant les 30 dernières minutes de cuisson.

CONSEILS POUR L'ÉTUVAGE :

- L'étuvage, ou la cuisson à la vapeur, est l'une des meilleures méthodes de cuisson pour la santé, parce qu'elle conserve le maximum d'éléments nutritifs des aliments.
- Pour cuire à l'étuvée, versez 1 pinte (0,95 L) d'eau, à moins d'indications contraires, dans la marmite du multicuiseur.
- Lorsque vous placez des aliments plus lourds comme des épis de maïs sur la grille d'étuvage, disposez-les en allant du centre de la grille vers l'extérieur.
- Pour certains aliments délicats, comme les quenelles ou les tamals, il est préférable de placer les ingrédients sur la grille avant le préchauffage.
- Faites toujours attention quand vous ouvrez le couvercle. Ouvrez-le toujours à l'opposé de vous pour éviter de vous brûler.

LIGNES DIRECTRICES DE CUISSON

Modes de mijotage

La fonction de mijotage offre trois modes : feu vif, feu doux et feu très doux (high, low and simmer), qui vous permettent de préparer une grande variété de plats. Le mode « feu doux » ou « feu très doux » convient généralement aux recettes qui nécessitent une plus longue cuisson. Si vous commencez un plat plus tard dans la journée, faites-le cuire au mode « feu élevé » (high) pour vous assurer qu'il est cuit, parfaitement chaud et prêt quand vous le voulez.

RÉGLAGE	LIGNES DIRECTRICES	RECETTE	TEMP	DURÉE
Feu élevé (High)	TLe réglage à utiliser quand on n'a pas le temps pour une cuisson prolongée. C'est aussi lui qu'on utilise pour la cuisson des gâteaux ou des pains.	Pommes de terre, casseroles, poudings petits pains	212 ˚F (100 ˚C)	Programmable pour 24 heures, puis 8 heures (garde-au-chaud)
Feu doux (low)	Le réglage standard pour le mijotage. Idéal pour les plats qu'on met à cuire le matin avant de quitter pour le travail et qu'on consomme au retour à la fin de la journée.	Aliments et rôtis braisés, ragoûts, côtelettes, casseroles, jarrets, côtelettes, coupes de viande moins tendres, soupes	200 ˚F (93 ˚C)	Programmable pour 24 heures, puis 8 heures (garde-au-chaud)
Feu très doux (simmer)	Plus la cuisson est prolongée, plus les saveurs se marient et s'intensifient.	Soupes, ragoûts, bouillons	185 ˚F (85 ˚C)	Programmable pour 24 heures, puis 8 heures (garde-au-chaud)
Garde-au-chaud (warm)	Ce réglage ne sert qu'à garder les aliments chauds. Il ne doit pas être utilisé pour faire cuire des aliments.	----	165 ˚F (74 ˚C)	Programmable pour 24 heures. Défaut jusqu'à 8 heures.

Coupes de viande suggérées pour le mijotage

BOEUF ET VEAU	PORC	AGNEAU	VOLAILLE	GIBIER
Choisir des coupes savoureuses que le braisage attendrit.	Les coupes moins tendres donnent de meilleurs résultats. Le filet mignon devient dur s'il est mijoté.	Choisir des coupes savoureuses que le braisage attendrit.	Choix idéal : viande brune, avec os, sans peau. Les poitrines cuites à la mijoteuse ont tendance à avoir une texture sèche.	Le gibier étant généralement moins tendre, il se prête admirablement bien à la mijoteuse.
Morceau d'épaule à braiser; pointe de poitrine; bout de côtes; rôti de bas de croupe; rôti de croupe ou de palette; tranche d'épaule; jarrets de veau	Rôti de soc de porc; morceaux d'épaule; saucisses; côtes levées; rôti d'épaule ou de palette	Épaule d'agneau; cubes à ragoût; souris d'agneau	Cuisses et hauts de cuisse de poulet ou de dinde	Rôtis ou viandes à ragoût de grand gibier, faisan, cuisses et hauts de cuisse de canard

Tableau de cuisson à l'étuvée

ALIMENT	QUANTITÉ	PRÉPARATION	DURÉE DE CUISSON
Artichauts	6	Parés (recette à la page 26)	40 à 50 minutes
Asperges	1 lb (450 g) moyens	Parés	4 minutes
Brocoli	1 botte (16 oz à 20 oz [453 à 566 g])	Bouquets de 2 po (5 cm)	6 à 7 minutes
Carottes (bébé)	1 lb (450 g)	Entières	8 minutes
Chou-fleur	1 moyen (environ 20 oz [566 g])	Bouquets de 2 po (5 cm)	7 à 9 minutes
Maïs	4 épis	Épluchés	10 à 12 minutes
Haricots verts	1 lb (450 g)	Parés	7 minutes
Pois mange-tout	1 lb (450 g)	Parés	4 minutes
Pommes de terre nouvelles	1 lb (450 g)	Moitiés ou quartiers	12 à 15 minutes
Pommes de terre jaunes ou Gold	16 à 20 oz (453 à 566 g)	Tranches ou morceaux de ¾ po (1,9 cm)	10 à 12 minutes
Patates sucrées	16 à 20 oz (453 à 566 g)	Tranches ou morceaux de ¾ po (1,9 cm)	8 à 10 minutes
Courge ou courgette	1 lb (450 g)	Tranches de ½ po (1,25 cm)	5 minutes
Poulet	1 lb (450 g), l'équivalent de deux grosses poitrines	Entières	12 à 15 minutes
Crevettes*	1 lb (450 g), grosses	Déveinées et décortiquées	2 à 4 minutes
Poisson à nageoires (saumon, espadon, etc.)	1 lb (450 g)	Portions individuelles	8 à 12 minutes

***Il faut ajouter 3 tasses d'eau dans ce cas-ci.**

GUIDE DE DÉPANNAGE

Codes d'erreur

- - - - - - - (clignotant) : indique que la marmite n'est pas dans le boîtier ou qu'elle n'y repose pas bien. L'élément s'éteindra temporairement si on retire la marmite afin d'éviter les dommages. Une fois que la marmite est remise en place, l'appareil devrait poursuivre la cuisson.

Remarque : Si la marmite est retirée pendant plus de 15 minutes, il faudra redémarrer le programme.

Err indique que l'appareil a surchauffé. Attendez que l'appareil refroidisse et réessayez. Si le problème persiste, communiquez avec le Service à la clientèle au 1-800-472-7606.

Guide de dépannage

Objet	Question	Réponse
Power	Pourquoi l'appareil refuse-t-il de se mettre en marche?	Vérifier que l'appareil est branché dans une prise qui fonctionne.
		Appeler le Service à la clientèle au 1-800-472-7606.
	Pourquoi l'appareil s'éteint-il tout seul?	Quand aucun mode de cuisson n'a été mis en marche, l'appareil passe automatiquement en mode veille après cinq minutes d'inactivité et tous les voyants s'éteignent. Appuyer sur n'importe quelle touche pour « réveiller » l'appareil et utiliser comme d'habitude.
		Il est possible que l'appareil ait surchauffé. Attendre que l'appareil refroidisse et essayer de nouveau. Si cela ne fonctionne pas, appeler le Service à la clientèle au 1-800-472-7606.
		Si l'eau s'est complètement évaporée, un dispositif a mis l'appareil hors tension pour le protéger. Pour poursuivre l'étuvage, ajouter de l'eau dans la marmite et relancer le programme.
		Si la marmite a été retirée pendant plus de 15 minutes, l'appareil ne se remet pas automatiquement en marche quand on remet la marmite en place. Il faut relancer le programme.
		L'abaissement de la touche MARCHE/ARRÊT pour changer de fonction en cours de fonctionnement met l'appareil hors tension. Si l'on désire changer de fonction, il faut simplement choisir la nouvelle fonction et régler la température et la durée de cuisson; l'appareil passe automatiquement à la nouvelle fonction sélectionnée.
		L'élément s'éteint automatiquement à l'expiration de la durée de cuisson ou de garde-au-chaud programmé.
		Quand aucune durée de cuisson n'a été programmée, l'appareil fonctionne pendant la durée de cuisson maximale admissible avant de se mettre hors tension.
Réglage	Est-il possible de régler la minuterie quand on utilise la fonction Rissoler/Sauter?	Oui. On peut, si on veut, programmer la durée de la fonction Rissoler/Sauter. Il suffit de régler la durée de cuisson à l'aide des touches de réglage de la minuterie comme pour toute autre fonction.
	Est-il possible de modifier la fonction, la durée ou la température de cuisson pendant que l'appareil fonctionne?	Oui. Il suffit de choisir la fonction de cuisson ou de régler la durée ou la température de cuisson à l'aide des touches de réglage appropriées. Remarque : Lorsque l'appareil est déjà en marche, il ne faut pas appuyer de nouveau sur la touche MARCHE/ARRÊT, car cela mettra l'appareil hors tension. Il suffit d'appuyer sur la touche correspondant au mode désiré ou de modifier les réglages voulus : l'appareil passera automatiquement aux nouveaux réglages.

Cuisson	Dans quel cas doit-on faire rissoler la viande avant de la faire cuire ou rôtir?	Quand on a le temps, on peut, si on le désire, faire rissoler la viande avant de la mettre à mijoter ou à rôtir, car cela en rehausse la saveur et la couleur. Mais ce n'est pas obligatoire, sauf pour la viande hachée qui, elle, doit toujours être rissolée au préalable.
	Dans quelle position doit-on placer la grille pour l'étuvage ou le rôtissage?	La grille doit être placée en position haute pour l'étuvage et en position basse pour le rôtissage (voir page 5).
	Puis-je utiliser la marmite sur la cuisinière ou dans le four?	La marmite a été spécialement conçue pour le multicuiseur. Nous ne suggérons pas de l'utiliser sur la cuisinière ou dans le four.
	Pourquoi n'y a-t-il pas suffisamment de liquide dans mon plat mijoté?	La quantité de liquide à utiliser dans la recette peut varier lorsqu'on utilise plusieurs fonctions. Voir tous les détails à la page 8.
Cleaning	Puis-je mettre l'appareil dans le lave-vaisselle?	Toutes les pièces amovibles peuvent être lavées dans le panier supérieur du lave-vaisselle.
		Ne pas placer le boîtier ou l'appareil dans le lave-vaisselle. Le boîtier et le panneau de commande peuvent être nettoyés d'un coup de chiffon humide et propre.
	La marmite est antiadhérente. Pourquoi les aliments y ont-ils attachés?	Bien que la marmite ait un revêtement antiadhérent, il est possible que des résidus de cuisson attachent à la surface.
	Des résidus ont attaché à la surface de la marmite. Comment les retirer sans endommager le fini?	Si des résidus de cuisson ont attaché, remplir la marmite d'eau chaude savonneuse et la laisser tremper avant de la nettoyer. S'il faut la récurer, utiliser un nettoyant non abrasif ou un détergent liquide avec un tampon ou une brosse en nylon.

Livret de recettes

RECETTES

Petits déjeuners et hors-d'œuvre

Strata aux épinards et au gruyère

Ceci est un excellent mets pour le brunch. Riche en saveur, il se prépare en quelques étapes simples et peut servir 12 personnes !

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne 12 portions de 1 tasse (250 mL)

½ c. à soupe (7 mL) d'huile d'olive vierge extra
1 gousse d'ail, finement hachée
½ gros oignon, haché
1 c. à thé (5 mL) de sel de mer ou cascher, divisé
1 pain torsadé de 1 lb (450 g), coupé en dés de 1 po (2,5 cm)
8 gros œufs, battus
1 tasse (250 mL) de crème épaisse
1 tasse (250 mL) de lait entier
¼ c. à thé (1 mL) de poivre noir frais moulu
¼ c. à thé (1 mL) de muscade moulue
1 c. à thé (5 mL) de moutarde moulue
6 oz (170 g) de gruyère, déchiqueté
4 oz (115 g) de jeunes épinards

1. Faire chauffer l'huile d'olive dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart^MD réglé à la fonction Rissoler/Sauter à 350 °F (180 °C). Lorsque l'huile est chaude, ajouter l'ail, l'oignon et une pincée de sel. Faire revenir pendant 3 à 5 minutes jusqu'à ce que les oignons soient dorés et qu'ils embaument.

2. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 3½ heures. Ajouter le reste des ingrédients; remuer pour combiner et couvrir.

3. À l'expiration de la durée de cuisson programmée, l'appareil passe automatiquement en mode garde-au-chaud.

Valeur nutritive d'une portion :
Calories 307 (21 % provenant des matières grasses) • glucides 21 g • protéines 13 g • lipides 19 g • gras sat. 9 g • cholestérol 205 mg • sodium 497 mg • calcium 243 mg • fibres 1 g

Gruau à l'érable et à la cannelle

Pour partir la journée du bon pied, préparez votre gruau la veille et réveillez-vous à un délicieux arôme le matin!*

Réglage : Mijoter

Donne 8 portions de 1 tasse (250 mL)

2¼ tasses (550 mL) d'avoine épointée
4 asses (1000 mL) d'eau
4 tasses (1000 mL) de lait (entier ou écrémé), divisé
3 c. à soupe (45 mL) de sirop d'érable pur
2 bâtonnets de cannelle
¼ c. à thé (1 mL) de sel cascher
1 pincée de muscade moulue
¾ tasse (175 mL) de raisins secs ou autres fruits déshydratés (couper les gros fruits déshydratés en plus petits morceaux)

1. Mettre l'avoine, l'eau, 2 tasses (500 mL) de lait (remplacer par de l'eau pour la préparation d'avance), le sirop d'érable, les bâtonnets de cannelle, le sel, la muscade et les fruits déshydratés dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart^MD.

2. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 2½ heures.

3. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, incorporer les 2 dernières tasses (500 ml) de lait dans le gruau. Retirer les bâtonnets de cannelle et servir immédiatement.

Valeur nutritive d'une portion :
Calories 319 (16 % provenant des matières grasses) • glucides 56 g • protéines 11 g • lipides 6 g • gras sat. 2 g • cholestérol 10 mg • sodium 140 mg • calcium 164 mg • fibres 6 g

* Si on programme l'appareil pour la cuisson durant la nuit, utiliser toute l'eau demandée dans la recette. Incorporer 2 tasses (500 mL) de lait dans la farine d'avoine, selon les instructions, après que la cuisson est terminée et que l'appareil est passé en mode garde-au-chaud.

Boulettes suédoises à la dinde

Une bonne vieille recette classique qui fait un retour sur nos tables. Elle est sûre de plaisir à tous, suédois ou non

Réglage : Rissoler/Sauter

Donne environ 20 boulettes

⅓ tasse (75 mL) de lait (entier ou écrémé)
2 tranches de pain à sandwich, en dés de 1 pouce (2,5 cm)
1 branche de céleri moyenne, finement hachée
2 lb (900 g) de dinde hachée
1 oignon moyen, finement haché
1½ c. à thé (7 mL) de sel de mer ou cascher
¼ c. à thé (1 mL) de poivre blanc moulu
1 c. à thé (5 mL) de poudre à pâte
¼ c. à thé (1 mL) de piment de la Jamaïque
2 pincées de muscade moulue
1 gros œuf, battu
3½ c. à soupe (50 mL) de beurre non salé, divisé
3 c. à soupe (45 mL) de farine tout usage non blanchie
4 tasses (1000 mL) de bouillon de poulet, faible en sodium
⅓ tasse (75 mL) de crème sûre

1. Verser le lait dans une tasse à mesurer les liquides et ajouter le pain. Laisser tremper. Réserver.

2. Pendant que le pain trempe, combiner le céleri, la dinde, l'oignon, le sel, le poivre, la poudre à pâte, les épices et l'œuf dans un grand bol à mélanger. Exprimer le lait du pain et ajouter celui-ci au mélange de dinde; mélanger délicatement à la main jusqu'à ce que tous les ingrédients soient bien combinés. Ne pas trop mélanger, car les boulettes seront dures. Façonner en boulettes de 1 pouce (2,5 cm).

3. Mettre ½ c. à soupe (7 mL) de beurre dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart^MD réglé à Rissoler/Sauter à 375 °F (190 °C). Lorsque le beurre a fondu et qu'il pétille, ajouter les boulettes de viande. Procéder en lots (quatre environ) pour que les boulettes rissolent correctement. Si on met une trop grande quantité de boulettes à la fois dans la marmite, cela fera baisser la chaleur.

4. Tourner les boulettes à toutes les minutes ou deux minutes, jusqu'à ce qu'elles soient uniformément dorées. Retirer, réserver et répéter avec le reste des boulettes. Une fois toutes les boulettes dorées, les réserver ensemble.

5. Faire la sauce. Ajouter le reste du beurre dans la marmite. Lorsque le beurre a fondu et qu'il est mousseux, ajouter la farine. Remuer sans arrêt avec une cuillère en bois, jusqu'à ce que le mélange soit légèrement doré. Ajouter alors le bouillon graduellement en remuant avec un fouet. Porter à ébullition et laisser cuire pendant environ 10 minutes, jusqu'à ce que la sauce ait épaissi. Réduire le feu à 300 °F (150 °C) et ajouter la crème sûre.

6. Ajouter les boulettes réservées à la sauce dans la marmite. Monter le feu à 350 °F (180 °C) et porter à ébullition. Laisser bouillir pendant environ 10 minutes pour que les boulettes soient bien enrobées de la sauce épaissie.

7. Réduire le feu à 250 °F (120 °C) et maintenir à cette température jusqu'au moment de servir. (Remarque : On peut servir les boulettes immédiatement après l'ébullition, à l'étape 6. Ce temps additionnel est facultatif, mais il rehausse la saveur et la cohésion du plat.)

Valeur nutritive d'une boulette : Calories 121 (53 % provenant des matières grasses) • glucides 4 g • protéines 10 g • lipides 7 g • gras sat. 3 g • cholestérol 90 mg • sodium 390 mg • calcium 28 mg • fibres 0 g

Bouillons et sauces

Bouillon de légumes riche

Ce bouillon fait une base délicieuse pour toutes sortes de soupes et de sauces.

Réglage : Mijoter

Donne environ 8 tasses (2 L)

1 gros oignon, coupé en huit
1 gros poivron, paré et lavé, coupé en morceaux de 2 pouces (5 cm)
2 panais, pelés et coupés en rondelles de 2 pouces (5 cm)
1 tomate italienne, coupée en quartiers
3 carottes, moyennes à grosses, pelées et coupées en rondelles de 2 pouces (5 cm)
3 branches de céleri moyennes, coupées en rondelles de 2 pouces (5 cm)
1 bonne poignée de persil italien frais
1 petit bouquet de thym frais
1 grosse gousse d'ail, écrasée
½ c. à thé (2 mL) de grains de poivre noir
8 tasses (2 L) d'eau

1. Placer tous les ingrédients dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD].

2. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 12 à 16 heures.

3. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, passer le bouillon au tamis, et jeter les légumes. Utiliser immédiatement ou conserver dans des récipients au réfrigérateur ou au congélateur.*

* Le bouillon se garde une semaine au réfrigérateur ou jusqu'à deux mois au congélateur.

Valeur nutritive par portion de ½ tasse (125 mL) : Calories 24 (5 % provenant des matières grasses) • glucides 6 g • protéines 1 g • lipides 0 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 17 mg • calcium 25 mg • fibres 1 g

Bouillon de bœuf rôti

Il n'y a rien de plus sain ni de plus économique qu'un bouillon fait maison !

Réglages : Rôtir
Mijoter

Donne environ 10 tasses (2,5 L).

4 lb (1,8 kg) d'os de bœuf
1 gros oignon, coupé en huit
1 gros poivron, paré et lavé, coupé en morceaux de 2 pouces (5 cm)
4 carottes, moyennes à grosses, pelées et coupées en rondelles de 2 pouces (5 cm)
2 branches de céleri moyennes, coupées en rondelles de 2 pouces (5 cm)
1 bonne poignée de persil italien frais
1 c. à thé (5 mL) de grains de poivre noir
1 feuille de laurier
1 gousse d'ail, écrasée
12 tasses (3 L) d'eau

1. Préchauffer le multicuiseur de Cuisinart[MD] à la fonction Rôtir à 425 °F (220 °C). Placer les os dans la marmite, couvrir et rôtir pendant environ 30 minutes, en tournant une fois durant la cuisson, jusqu'à ce que les os soient bien dorés. Retirer les os et retirer la marmite avec précaution. Vider le gras.

2. Remettre la marmite dans l'appareil. Ajouter les os et le reste des ingrédients. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu très doux pour une durée de 14 à 20 heures.

3. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, passer le bouillon au tamis, jeter les os et les légumes. Utiliser immédiatement ou conserver dans des récipients au réfrigérateur ou au congélateur.*

* Le bouillon se garde une semaine au réfrigérateur ou jusqu'à deux mois au congélateur.

Valeur nutritive par portion de ½ tasse (125 mL) : Calories 42 (15 % provenant des matières grasses) • glucides 3 g • protéines 3 g • lipides 2 g • gras sat. 1 g • cholestérol 7 mg • sodium 28 mg • calcium 20 mg • fibres 0 g

Sauce aux légumes du jardin

Cette sauce peut être servie avec ses gros morceaux ou passée au mélangeur à main pour lui donner une consistance lisse.

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne environ 6 tasses (1,5 L)

1½ c. à soupe (20 mL) d'huile d'olive vierge extra
2 oignons, moyens à gros, pelés et coupés en morceaux de ½ pouce (1,25 cm)
4 carottes moyennes, pelées et coupées en rondelles de ½ pouce (1,25 cm)
2 tasses (500 mL) d'aubergine non pelée, et coupée en dés de ½ pouce (1,25 cm)
2 branches de céleri moyennes, coupées en rondelles de ½ pouce (1,25 cm)
4 gousses d'ail
1½ c. à thé (7 mL) de sel de mer ou cascher, divisé
1½ c. à thé (7 mL) d'origan déshydraté
1½ c. à thé (7 mL) de basilic déshydraté
4 poivrons rouges rôtis, coupés en dés de 1 pouce (2,5 cm)
½ tasse (125 mL) de vin blanc sec
3 c. à soupe (45 mL) de pâte de tomate
4 boîtes no size de tomates en dés, égouttées (réserver 1 tasse [250 mL)] de jus)
¼ c. à thé (1 mL) de poivre noir frais moulu
3 c. à soupe (45 mL) de sucre granulé

1. Faire chauffer l'huile dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] réglé à Rissoler/Sauter à 350 °F (180 °C). Lorsque l'huile est chaude, ajouter l'oignon, les carottes, l'aubergine, le céleri, l'ail et ½ c. à thé (2 mL) de sel. Faire revenir les ingrédients ensemble jusqu'à ce qu'ils soient légèrement dorés.

2. Ajouter l'origan, le basilic, les poivrons rouges et le vin aux ingrédients déjà rissolés. Faire cuire jusqu'à ce que le vin ait réduit de moitié. Ajouter la pâte de tomate, les tomates et la tasse de jus réservés, le reste du sel, l e poivre et le sucre. Porter le mélange à ébullition et programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 3 heures.

3. À l'expiration de la durée de cuisson programmée, l'appareil passe automatiquement en mode garde-au-chaud. La sauce obtenue sera d'un style plutôt rustique. Pour une sauce plus lisse, la transformer à l'aide d'un mélangeur à main directement dans la marmite.

Valeur nutritive d'une portion de ¼ tasse (50 mL) : Calories 55 (6 % provenant des matières grasses) • glucides 11 g • protéines 2 g• lipides 0 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 433 mg • calcium 32 mg • fibres 2 g

Sauce bolonaise

Une sauce classique de la cuisine italienne. Plus elle mijote longtemps, plus elle est savoureuse. Elle se congèle aussi très bien, de sorte qu'on peut la savourer plus d'une fois !

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne 12 tasses (3 L)

1 c. à soupe (15 mL) d'huile d'olive
1 c. à soupe (15 mL) de beurre non salé
2 oignons moyens, finement hachés
2 carottes moyennes, finement hachées
2 branches de céleri moyennes, finement hachées
4 gousses d'ail, finement hachées
¾ lb (340 g) de bœuf haché
¾ lb (340 g) de veau haché
¾ lb (340 g) de chair de saucisses italiennes, sans les boyaux
1½ c. à thé (7 mL) de sel cascher, divisé
1 tasse (250 mL) de lait entier
1 tasse (250 mL) de vin blanc sec
½ c. à thé (2 mL) de poivre noir frais moulu
2 boîtes de 35 oz (1050 mL) de tomates, grossièrement hachées

1. Mettre l'huile et le beurre dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] réglé à Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C). Lorsque le beurre a fondu, ajouter les légumes hachés et les faire rissoler pendant 5 à 6 minutes, en les remuant de temps à autre, jusqu'à ce qu'ils soient mous et fragrants. Ajouter les viandes hachées et 1 c. à thé (5 mL) de sel. Faire cuire jusqu'à ce que le tout soit uniformément doré, en défaisant la viande à l'aide d'une cuillère en bois pendant qu'elle cuit.
2. Lorsque la viande est dorée, incorporer le lait. Laisser mijoter jusqu'à ce que le lait soit totalement évaporé. Ajouter le vin et laisser mijoter jusqu'à ce que le vin soit totalement évaporé. Ajouter le reste du sel, le poivre et les tomates hachées dans la marmite. Remuer les ingrédients ensemble.
3. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 6 heures.
4. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, utiliser immédiatement ou conserver dans des récipients au réfrigérateur ou au congélateur.*

* La sauce se garde jusqu'à cinq jours au réfrigérateur ou jusqu'à trois mois au congélateur.

Valeur nutritive par portion de ¼ tasse (50 mL) : Calories 58 (36 % provenant des matières grasses) • glucides 3 g • protéines 5 g • lipide 2 g • gras sat. 1 g • cholestérol 16 mg • sodium 220 mg • calcium 20 mg • fibres 1 g

Soupes et ragoûts

Soupe aux tomates à l'ancienne

En faisant dorer les légumes au préalable, vous donnerez une saveur riche et douce à la soupe.

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne environ 8 tasses (2 L)

3 c. à soupe (45 mL) d'huile d'olive, divisée
3½ lb (1,59 kg) de tomates, coupées en deux et égrenées, divisées
3 gousses d'ail, écrasées
1 oignon, de moyen à gros, grossièrement haché
2 carottes moyennes, grossièrement hachées
2 branches de céleri, grossièrement hachées
2 pincées de sel de mer ou cascher
1 pincée de poivre noir frais moulu
2 c. à thé (10 mL) de basilic déshydraté
1 c. à thé (5 mL) de marjolaine
6 tomates séchées au soleil
¼ c. à thé (1 mL) de bicarbonate de soude
4 tasses (1000 mL) de bouillon de légumes
1½ c. à thé (7 mL) de sel de mer ou cascher
¾ c. à thé (4 mL) de poivre noir frais moulu

1. Préchauffer le multicuiseur de Cuisinart[MD] au réglage Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C). Lorsqu'il est chaud, ajouter 1 c. à soupe (15 mL) d'huile d'olive et la moitié des tomates, peaux en dessous. Faire rissoler pendant environ 5 minutes. Tourner et faire rissoler l'autre face pendant 5 minutes. Retirer et réserver. Ajouter l'autre cuillère à soupe (15 mL) d'huile d'olive et le reste des tomates. Faire dorer comme ci-dessus, en grattant le fond au besoin pour empêcher les tomates de coller et de brûler.
2. Réduire le feu à 350 °F (180 °C). Ajouter les tomates réservées, l'ail, l'oignon, les carottes, le céleri, le sel, le poivre et les épices. Faire rissoler pendant 8 à 10 minutes, en remuant de temps à autre, jusqu'à ce que les légumes soient mous et dorés.
3. Ajouter le reste des ingrédients et remuer pour combiner. Couvrir. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 4 heures.
4. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, mélanger la soupe directement dans la marmite à l'aide d'un mélangeur à main*. Goûter et corriger l'assaisonnement.

* Si l'on n'a pas de mélangeur à main, on peut utiliser un mélangeur de comptoir. Diviser les solides du liquide, puis rajouter du liquide au mélangeur, puis ajouter environ le tiers des solides. Répéter jusqu'à consistance lisse. Répéter avec le reste des solides.

Valeur nutritive d'une portion de 1 tasse (250 mL) : Calories 111 (43 % provenant des matières grasses) • glucides 13 g • protéines 4 g • lipides 6 g • gras sat. 1 g • cholestérol 0 mg • sodium 808 mg • calcium 53 mg • fibres 4 g

Soupe à l'orge et aux champignons

Servie avec une tranche de pain croûté, cette soupe très satisfaisante constitue un excellent repas d'hiver.

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne environ 12 tasses (3 L).

2 c. à soupe (30 mL) de beurre non salé
1 poireau moyen (parties blanches et vert tendre seulement), lavé et bien essuyé, finement haché
1 oignon moyen, finement haché
3 carottes moyennes, finement hachées
4 gousses d'ail, finement hachées
24 oz (115 g) de champignons*, tranchés
2 c. à thé (10 mL) de sel cascher
1 c. à thé (5 mL) de thym frais
1 feuille de laurier
½ tasse (125 mL) de sherry
1 tasse (250 mL) d'orge perlée
10 tasses (2,5 L) de bouillon de légumes
¾ c. à thé (4 mL) de poivre noir frais moulu
1 c. à soupe (15 mL) de persil italien frais haché
1 c. à thé (5 mL) de jus de citron frais

1. Mettre le beurre dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] réglé à Rissoler/Sauter à 375 °F (190 °C). Une fois que le beurre a fondu, ajouter le poireau, l'oignon et les carottes; faire revenir pendant 5 à 8 minutes jusqu'à ce que les légumes soient mous et fragrants. Ajouter l'ail, les champignons, le sel, le thym et la feuille de laurier. Faire cuire pendant 10 minutes environ jusqu'à ce que les champignons aient perdu leur eau de végétation et soient bien dorés. Ajouter le sherry à la marmite et faire cuire jusqu'à réduction quasi-complète.
2. Ajouter l'orge, le bouillon et le poivre. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu vif pour une durée de 3½ heures.
3. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud et juste avant de servir, ajouter le persil frais et le jus de citron.
4. Goûter et corriger l'assaisonnement.

* Un mélange de champignons de Paris, café et de variétés sauvages donne de bons résultats.

Valeur nutritive par portion de 1 tasse (250 mL) : Calories 126 (15 % provenant des matières grasses) • glucides 22 g • protéines 4 g • lipides 2 g • gras sat. 1 g • cholestérol 5 mg • sodium 767 mg • calcium 32 mg • fibres 4 g

Ragoût de bœuf

Cette recette de ragoût de bœuf est l'une des plus simples que vous n'aurez jamais faites. Il n'est pas nécessaire de faire dorer* la viande – il suffit simplement de combiner les ingrédients et de les faire cuire à feu lent.

Réglage : Mijoter

Donne environ 10 tasses (2,5 L)

3 lb (1,36 kg) de bloc d'épaule de bœuf, coupé en dés de 1 à 2 pouces (2,5 à 5 cm)*
1 c. à thé (5 mL) de sel cascher
½ c. à thé (2 mL) de poivre noir frais moulu
1 poireau moyen (parties blanches et vert tendre seulement), finement haché
1 oignon moyen, finement haché
2 carottes moyennes, coupées en rondelles de ½ pouce (1,25 cm) (recouper les grosses rondelles en deux)
1 panais moyen, coupé en rondelles de ½ pouce (1,25 cm)
1 branche de céleri moyenne, finement tranchée
1 lb (450 g) de pommes de terre nouvelles, blanches ou rouges, coupées en dés de 1 pouce (2,5 cm)
8 gousses d'ail pelées, laissées entières
6 oz (170 g) de champignons de Paris, en moitiés ou en quartiers
½ c. à soupe (7 mL) d'herbes de Provence
1 feuille de laurier
¾ tasse (175 mL) de vin rouge sec
3 c. à soupe (45 mL) de pâte de tomate
2½ tasses (625 mL) de bouillon de bœuf, faible en sodium
1 tasse (250 mL) de petits pois verts (décongelés s'ils étaient congelés)
¼ tasse (50 mL) de feuilles de persil italien, hachées

1. Mettre tous les ingrédients, sauf les petits pois et le persil, dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] et remuer.
2. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 16 heures.
3. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, ajouter les pois et le persil.
4. Goûter et corriger l'assaisonnement.

* **Remarque :** Lorsqu'on a du temps, on peut faire rissoler la viande avant de la mettre à mijoter. Pour ce faire, régler l'appareil à la fonction Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C) pour commencer. Il faudra aussi ajouter 4 tasses (1 L) de bouillon de bœuf. La quantité obtenue sera légèrement inférieure.

Valeur nutritive par portion de 1 tasse (250 mL) : Calories 248 (28 % provenant des matières grasses) • glucides 15 g • protéines 26 g • lipides 8 g • gras sat. 3 g • cholestérol 64 mg • sodium 324 mg • calcium 36 mg • fibres 3 g

Super Chili

Ne vous laissez pas intimider par la quantité de poudre de chili dans cette recette! Les variétés achetées en magasin sont généralement plus douces. Mais si vous êtes de ceux qui aiment ça piquant, vous pouvez augmenter la quantité de poivre de Cayenne ou ajouter de la purée de piments chipotle.

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne environ 12 tasses (3 L)

1 c. à thé (5 mL) d'huile végétale
1 gros oignon, finement haché
2 piments jalapeños, égrenés et finement hachés
2 poivrons rouges moyens, coupés en dés de ¼ po (6 mm)
6 gousses d'ail, finement hachées
2 lb (900 g) de bœuf haché
½ tasse (125 mL) de poudre de chili
1 c. à soupe (15 mL) d'origan déshydraté
1 c. à soupe (15 mL) de sel cascher
¼ c. à thé (1 mL) de poivre de Cayenne
1 boîte de 28 oz (796 mL) de tomates broyées
1 boîte de 15 oz (450 mL) de tomates en dés, égouttées

1. Faire chauffer l'huile dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] réglé à Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C). Lorsque l'huile est chaude, ajouter l'oignon, les piments jalapeños, les poivrons et l'ail et faire dorer pendant 5 à 8 minutes, en remuant fréquemment, jusqu'à ce qu'ils soient mous et fragrants.
2. Ajouter le bœuf haché et le défaire avec une cuillère en bois. Ajouter la poudre de chili, l'origan, le sel et le poivre de Cayenne; poursuivre la cuisson jusqu'à ce que la viande soit parfaitement cuite.
3. Ajouter les tomates. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 6 heures. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, dégraisser le chili en écumant l'excès de gras à l'aide d'une louche ou en l'absorbant en passant délicatement un essuie-tout sur le dessus.
4. Goûter et corriger l'assaisonnement. Garder au chaud jusqu'au moment de servir.

Valeur nutritive par portion de 1 tasse (250 mL) : Calories 214 (53 % provenant des matières grasses) • glucides 9 g • protéines 15 g • lipides 13 g • gras sat. 5 g • cholestérol 51 mg • sodium 895 mg • calcium 54 mg • fibres 3 g

Gumbo aux crevettes et au chorizo

Pas tout à fait la version puriste du gumbo, mais quelle saveur!

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne environ 14 tasses (3,5 L)

¼ c. à thé (1 mL) d'huile végétale
1 lb (450 g) de chorizo ou de saucisses d'andouille, en dés de ½ pouce (1,25 cm)
½ tasse (125 mL) de vin blanc sec, divisé
½ tasse (125 mL) de beurre non salé
¾ tasse (175 mL) de farine tout usage non blanchie
1 gros oignon, en dés (environ 2 tasses [500 mL])
4 à 5 grosses branches de céleri, en dés (environ 2 tasses [500 mL])
1 gros poivron vert, en dés (environ 2 tasses [500 mL])
4 gousses d'ail, finement hachées
2 c. à soupe (30 mL) de mélange d'épices créoles
½ c. à thé (2 mL) de sel cascher
2 boîtes de 15 oz (425 mL) de tomates en dés
1 feuille de laurier
10 tasses (2,5 L) de bouillon de crevettes (voir la page 7)*
10 oz (284 g) d'okra, tranché, frais ou congelé
2 lb (900 g) de grosses crevettes, décortiquées et rincées

1. 1Faire chauffer l'huile dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] réglé à Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C). Lorsque l'huile est chaude, ajouter la saucisse en dés et la faire rissoler pendant 6 à 10 minutes. Ajouter ¼ tasse (50 mL) de vin blanc en grattant le fond de la marmite pour en détacher les sucs. Retirer la saucisse et réserver. Essuyer le fond de la marmite avec précaution à l'aide d'un essuie-tout.
2. Réduire le feu à 275 °F (135 °C) et ajouter le beurre. Lorsque le beurre a fondu, ajouter la farine et remuer avec une cuillère en bois jusqu'à ce que le mélange se tienne; c'est un roux. Le roux sera très épais au début; continuer à le remuer occasionnellement pendant 30 à 40 minutes jusqu'à ce qu'il soit lisse et qu'il ait la couleur du beurre d'arachides. Il est important de surveiller cette étape de très près parce que le roux va brûler si on ne le remue pas occasionnellement et que le feu doux n'est pas maintenu.
3. Lorsque le roux a la bonne couleur, monter le feu à 325 °F (160 °C) et ajouter l'oignon et le céleri; faire dorer pendant environ 5 minutes. Ajouter le poivre et l'ail et poursuivre la cuisson pendant 5 minutes. Ajouter le dernier ¼ tasse (50 mL) de vin blanc et gratter de nouveau le fond de la marmite pour en détacher les sucs. Ajouter les épices créoles et le sel; remuer pendant 1 minute. Ajouter les tomates en dés et la feuille de laurier. Lorsque tous les ingrédients sont bien mélangés, ajouter le bouillon de crevettes lentement et l'incorporer avec un fouet antiadhésif. Battre au fouet jusqu'à ce que tous les ingrédients soient parfaitement incorporés.
4. Ajouter la saucisse réservée et programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 4 heures. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, ajouter l'okra. Passer au réglage Rissoler/Sauter à 375 °F (190 °C) et poursuivre la cuisson pendant 30 minutes. Goûter et corriger l'assaisonnement.
5. Il ne reste plus qu'à ajouter les crevettes. Comme elles ne prendront que 5 minutes pour cuire, il faut attendre à la toute dernière minute pour les ajouter. Si on le désire, on peut garder le plat en mode garde-au-chaud pour le service.

Truc : On sert habituellement le gumbo sur du riz dans des bols peu profonds.

* Le bouillon de crevettes est l'un des ingrédients clés de ce plat. De plus, il est facile à préparer avec les carapaces des crevettes utilisées pour la recette. Cependant, on peut le remplacer par du bouillon de légumes au besoin.

Remarque : S'il y a trop de graisse au fond de la marmite après la cuisson de la saucisse à l'étape 1, consulter les instructions à la page 6 du livret d'instructions pour savoir comment le retirer.

Valeur nutritive par portion de 1 tasse (250 mL) : Calories 343 (65 % provenant des matières grasses) • glucides 9 g • protéines 20 g • lipides 25 g • gras sat. 9 g • cholestérol 126 mg • sodium 488 mg • calcium 74 mg • fibres 1 g

Plats principaux

Porc rôti aux fines herbes et à l'ail

Plus le porc sera laissé à mariner longtemps, meilleur goût il aura.

Réglage : Rôtir

Donne 6 portions.

1	**rôti de longe de porc d'environ 2½ lb (1,12 kg)**
3	**gousses d'ail, hachées**
6	**feuilles de sauge**
2	**tiges de romarin frais, feuilles seulement**
4	**c. à soupe (60 mL) d' huile d'olive vierge extra**
¾	**c. à thé (4 mL) de sel cascher**
¼	**c. à thé (1 mL) de poivre noir frais moulu**

1. Placer le rôti dans un bol avec l'ail, la sauge, le romarin et l'huile d'olive; remuer le tout. Laisser mariner au réfrigérateur pendant au moins 2 heures ou jusqu'au lendemain.

2. Sortir le rôti du réfrigérateur environ 30 minutes avant de le faire rôtir. Saler et poivrer sur toute sa surface. Insérer la grille de rôtissage dans la marmite du multicuiseur de CuisinartMD, placer le rôti dessus, couvrir et régler l'appareil à la fonction Rôtir à 400 °F (200 °C) pour une durée de 1 heure.

3. Après 45 minutes, vérifier la cuisson : la température interne devrait atteindre 140 °F (60 °C) dans la partie la plus épaisse.

4. Laisser reposer pendant 5 à 10 minutes avant de trancher.

Valeur nutritive par portion :

Calories 457 (66 % provenant des matières grasses) • glucides 1 g • protéines 37 g • lipides 33 g • gras sat. 10 g • cholestérol 119 mg • sodium 361 mg • calcium 39 mg • fibres 0 g

Poitrine de dinde rôtie farcie

Lorsque vous vous ennuyez des saveurs de l'Action de Grâce, voici un repas complet qui vous les procure toutes, en une fraction du temps de préparation! Nous avons réuni tous les mets de cette fête et les avons farcis dans une poitrine de dinde qui satisfaira votre envie! Bien que le saumurage soit facultatif, il en vaut bien la peine car il empêche la dinde de sécher.

Réglages : Rissoler/Sauter
Rôtir

Donne environ 12 portions.

Saumure (facultatif) :

8	**tasses (2 L) d'eau**
1	**tasse (250 mL) de sel cascher**
¼	**tasse (50 mL) de sucre granulé**

Dinde :

1	**poitrine de dinde de 6 à 7 lb (2,72 à 3,18 kg), désossée**
1	**c. à soupe (15 mL) de beurre non salé**
1	**branche de céleri, en dés (environ ¼ tasse [50 mL])**
1	**petit oignon, en dés (soit environ ¾ tasse [175 mL])**
1	**igname, de moyenne à grosse, pelée et coupée en dés**
1	**c. à thé (5 mL) de sel de mer ou cascher, divisé**
¾	**c. à thé (4 mL) de poivre noir frais moulu, divisé**
½	**tasse (125 mL) de canneberges déshydratées**
1	**c. à soupe (15 mL) de sauge fraîche, hachée**
1	**tasse (250 mL) de pain au levain (ou autre pain rustique italien ou français), en dés**
⅔	**tasse (150 mL) de bouillon de poulet, faible en sodium**
2	**c. à soupe (30 mL) de beurre non salé fondu pour badigeonner (ou d'huile d'olive, au choix)**

1. Préparer la saumure (si on l'utilise) : Combiner l'eau, le sel et le sucre dans un plat suffisamment grand pour recevoir la poitrine de dinde. Battre les ingrédients ensemble au fouet. Ajouter la poitrine de dinde. Si elle n'est pas totalement submergée, ajouter de l'eau. Couvrir et réfrigérer pendant 3 à 4 heures ou jusqu'au lendemain (pas plus de 24 heures). Rincer parfaitement à l'eau froide pour que la dinde ne soit pas trop salée.

2. Ajouter 1 c. à soupe (15 mL) de beurre dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart^MD réglé à Rissoler/Sauter à 350 °F (180 °C). Lorsque le beurre a fondu, ajouter le céleri, l'oignon, l'igname et 1 pincée de sel et de poivre. Faire rissoler pendant 6 à 8 minutes jusqu'à ce les ingrédients soient mous et fragrants. Retirer et réserver dans un grand bol à mélanger. Ajouter le reste du sel et du poivre, les canneberges, la sauge, les dés de pain et le bouillon aux légumes rissolés. Remuer pour combiner. Réserver.

3. Déposer la poitrine de dinde saumurée à plat et la marteler à une épaisseur uniforme. Étaler la farce uniformément dessus et l'enrouler avec précaution, sur le sens de la largeur, en repoussant à l'intérieur la farce qui s'en échappe. Attacher solidement à six endroits avec de la ficelle de cuisine. Badigeonner de beurre fondu.

4. Monter le feu à 450 °F (230 °C). Lorsque l'appareil est chaud, saisir la poitrine sur tous les côtés, pendant environ 3 minutes de chaque côté.

5. Insérer la grille de rôtissage dans la marmite, placer la poitrine farcie dessus et couvrir. Programmer l'appareil à la fonction Rôtir à 325 °F (160 °C) pour une durée d'environ 2 heures. La température interne de la viande doit atteindre 165 °F (74 °C).

6. Retirer la poitrine farcie avec précaution et laisser reposer pendant 10 minutes avant de trancher.

Valeur nutritive par portion :
Calories 424 (40 % provenant des matières grasses)
• glucides 12 g • protéines 50 g • lipides 18 g
• gras sat. 6 g • cholestérol 152 mg • sodium 808 mg
• calcium 53 mg • fibres 4 g

Poulet aux poivrons et aux piments

La combinaison des poivrons, des piments et des olives confère à ce poulet un goût savoureux qui sort de l'ordinaire.

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne 4 à 6 portions

6 **hauts de cuisse de poulet, dégraissés, soit environ 3 lb (1,36 kg)**
¾ **c. à thé (4 mL) de sel cascher**
¼ **c. à thé (1 mL) de poivre noir moulu**
1 **c. à thé (5 mL) d'huile d'olive**
3 à 4 **saucisses italiennes au poulet (soit environ 9 à 12 oz [255 à 340 g]), en tranches de ½ pouce (1,25 cm)**
1 **oignon jaune moyen, coupé finement en dés**
1 **petit poivron rouge d'environ 5 oz (140 g), en dés de ½ pouce (1,25 cm)**
1 **petit poivron jaune d'environ 5 oz (140 g), en dés de ½ pouce (1,25 cm)**
1 **petit poivron orange d'environ 5 oz (140 g), en dés de ½ pouce (1,25 cm)**
⅓ **tasse (75 mL) de vin blanc sec**
1¼ **tasse (300 mL) de piments cerise forts, égrenés et hachés**
¾ **tasse (175 mL) d'olives italiennes vertes (comme les olives de Cerignole)**

1. Saler et poivrer les hauts de cuisse de poulet, des deux côtés.
2. Faire chauffer l'huile dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart^MD réglé à Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C). Lorsque l'huile est chaude, placer les cuisses dans la marmite, peau vers le dessous. Faire dorer pendant 6 à 8 minutes de chaque côté. Le poulet se détachera du fond lorsqu'il sera doré. Retirer et réserver.
3. Ajouter les saucisses et faire rissoler pendant 6 à 8 minutes. Retirer et réserver.
4. Ajouter l'oignon et tous les poivrons dans la marmite. Faire revenir pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient mous.
5. Ajouter le vin blanc, en grattant le fond de la marmite avec une cuillère en bois pour en détacher les sucs. Porter à ébullition et réduire de moitié.
6. Remettre les cuisses de poulet dans la marmite, avec les piments et les olives.
7. Couvrir et programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 6 heures.
8. À l'expiration de la durée de cuisson programmée, l'appareil passe automatiquement au mode garde-au-chaud.

Valeur nutritive par portion de 1 tasse (250 mL) :
Calories 432 (38 % provenant des matières grasses)
• glucides 9 g • protéines 53 g • lipides 18 g
• gras sat. 3 g • cholestérol 220 mg • sodium 933 mg
• calcium 39 mg • fibres 1 g

Mélange d'épices à bifteck et rôti

On peut acheter des épices à bifteck toute préparées, mais il est vraiment facile de faire votre propre mélange.

Donne environ ¼ tasse (50 mL)

2 **2 c. à soupe (30 mL) de gros sel de mer**
1 **c. à soupe (15 mL) de grains de poivre noir**
½ **c. à soupe (7 mL) de coriandre entière**
½ **c. à soupe (7 mL) de graines d'aneth**
2 **c. à thé (10 mL) de poudre de piment ancho**
2 **c. à thé (10 mL) de poudre d'ail**

1. Mettre tous les ingrédients dans le bol du moulin à épices et à noix de Cuisinart^MD. Réduire en poudre au moyen de 10 à 12 impulsions.
2. Utiliser immédiatement ou conserver dans un pot en verre hermétique dans un lieu frais et sec.

Rosbif de faux-filet

Nous relevons le goût de notre rosbif avec notre mélange d'épices maison. Mais vous pouvez utiliser un mélange préparé de commerce ou même simplement du sel, du poivre et des fines herbes fraîches.

Réglage : Rôtir

Donne 12 à 15 portions.

1 **rôti de faux-filet d'environ 4 lb (1,81 kg), désossé et ficelé**
2 **c. à soupe (30 mL) d'huile d'olive**
3 **c. à soupe (45 mL) d'épices à bifteck et à rôti (recette précédente)**

1. Frotter le rôti sur toute sa surface avec de l'huile d'olive et le mélange d'épices et le placer dans un bol à mélanger en acier inoxydable ou dans un sac en plastique à glissière. Faire mariner au réfrigérateur pendant au moins 3 heures ou jusqu'au lendemain.
2. Insérer la grille de rôtissage dans la marmite du Multicuiseur de Cuisinart^MD et placer le rôti mariné dessus. Programmer l'appareil à la fonction Rôtir à 425 °F (220 °C) pour une durée de 1½ heure. Vérifier le rôti après 1 heure et 10 minutes; sa température interne devrait avoir atteint 130 °F (54 °C) pour la cuisson à point. Laisser la viande reposer pendant 10 à 15 minutes avant de la trancher.

* **Remarque :** Quand on a le temps, il est préférable de faire dorer le rôti à Rissoler/Sauter à 400 °F (200°C) avant de le faire cuire.

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 15 portions) :
Calories 192 (27 % provenant des matières grasses)
• glucides 0 g • protéines 33 g • lipides 5 g
• gras sat. 2 g • cholestérol 94 mg • sodium 538 mg
• calcium 10 mg • fibres 0 g

Côtes levées braisées à la Guinness

Un plat réconfortant pour combattre la froidure de l'hiver.

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne 8 à 10 portions

12 **côtes levées de bœuf, soit environ 3 à 4 lb (1,36 à 1,81 kg)**
2 **c. à thé (10 mL) de sel cascher, divisé**
¼ **c. à thé (1 mL) de poivre noir frais moulu**
2 **c. à thé (10 mL) d'huile d'olive vierge extra**
1 **oignon moyen, finement haché**
1 **poireau (parties blanches seulement), finement haché**
2 **carottes moyennes, finement hachées**
1 **branche de céleri, finement haché**
4 **gousses d'ail, finement hachées**
1 **c. à thé (5 mL) de thym déshydraté**
2 **bouteilles de 12 oz (350 mL) de bière Guinness**
2 **c. à soupe (30 mL) de pâte de tomate**
4 **tiges de persil frais, hachées**

1. Assaisonner les côtes de tous les côtés avec ½ c. à thé (2 mL) de sel, et tout le poivre.

2. Faire chauffer l'huile dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] réglé à Rissoler/Sauter à 425 °F (220 °C). Lorsque l'huile est chaude, ajouter les côtes levées. (Il est possible qu'il faille procéder en deux lots). Cuire pendant 5 à 6 minutes de chaque côté, jusqu'à ce qu'elles soient dorées. Retirer et réserver. (Répéter avec le reste au besoin.) Absorber la plus grande partie du gras, avec précaution, en en gardant seulement environ 2 c. à thé (10 mL).

3. Ajouter les légumes, le thym et le reste du sel dans la marmite et réduire la température à 375 °F (190 °C). Faire cuire pendant 3 à 5 minutes, jusqu'à ce que l'oignon soit transparent et que les légumes soient légèrement ramollis. Verser la Guinness, remuer et laisser mijoter pendant 3 à 5 minutes pour réduire légèrement. Incorporer la pâte de tomate. Nicher les côtes et le liquide accumulé dans les légumes; les côtes doivent être à moitié submergées.

4. Couvrir et programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une période de 10 heures.

5. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, dégraisser le dessus du liquide en l'écumant avec une louche ou l'absorbant avec un essuie-tout.

6. Au moment de servir, ajouter le persil haché. Goûter et corriger l'assaisonnement.

Remarque : S'il y a trop de gras au fond de la marmite après avoir fait rissoler les côtes à l'étape 2, consulter les instructions à la page 6 du livret d'instructions pour savoir comment le retirer.

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 10 portions) : Calories 574 (80 % provenant des matières grasses) • glucides 6 g • protéines 4 g • lipides 42 g • gras sat. 22 g • cholestérol 103 mg • sodium 512 mg • calcium 32 mg • fibres 1 g

Sauté aux crevettes primavera

Un plat léger et coloré qui se prépare en un rien de temps.

Réglage : Rissoler/Sauter

Donne environ 6 portions

1 **lb (450 g) de crevettes décortiquées et déveinées**
½ **c. à thé (2 mL) de sel cascher**
¼ **c. à thé (1 mL) de poivre noir frais moulu**
3 **c. à thé (15 mL) d'huile d'olive vierge extra, divisée**
1 **broccolini d'environ 8 à 9 oz (226 à 255 g)**
3 **gousses d'ail, hachées**
1 **tasse (250 mL) de bouillon de poulet, faible en sodium**
¼ **c. à thé (1 mL) de piment rouge broyé**
1 **oignon rouge moyen, coupé en deux et tranché sur la longueur**
1 **tasse (250 mL) de pois mange-tout, parés**
1 **tasse (250 mL) de pois sucrés, parés**
½ **tasse (125 mL) de pois congelés, décongelés**
½ **c. à thé (2 mL) de zeste de citron**
¾ **oz (21 g) de basilic frais, tranché finement**

1. Saler et poivrer les crevettes des deux côtés.

2. Faire chauffer 1 c. à thé (5 mL) d'huile dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] réglé à Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C). Lorsque l'huile est chaude, ajouter la moitié des crevettes. Faire rissoler légèrement de chaque côté, environ 2 minutes de chaque côté. Retirer et réserver. Répéter avec le reste des crevettes.

3. Verser 1 c. à thé (5 mL) d'huile dans la marmite et ajouter le broccolini et l'ail. Bien remuer et faire rissoler jusqu'à ce que l'ail soit légèrement doré (prendre garde de le laisser brûler!). Ajouter le bouillon de poulet et le piment rouge broyé et laisser mijoter pendant 10 à 15 minutes jusqu'à ce que le broccolini soit tendre-croquant. Retirer et réserver.

4. Ajouter la dernière cuillère à thé d'huile. Ajouter l'oignon et le faire cuire jusqu'à ce qu'il soit légèrement doré et ramolli. Ajouter tous les pois et remuer pendant environ 3 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient d'un beau vert vif.

5. Remettre tous les ingrédients réservés dans la marmite et remuer avec le zeste de citron et le basilic, jusqu'à ce que le tout soit chaud.

6. Goûter et corriger l'assaisonnement. Servir immédiatement.

Valeur nutritive d'une portion de 1 tasse (250 mL) : Calories 149 (24 % provenant des matières grasses) • glucides 10 g • protéines 18 g • lipides 4 g • gras sat. 1 g • cholestérol 115 mg • sodium 443 mg • calcium 92 mg • fibres 3 g

Saumon poché à l'asiatique

Le saumon poché est délicieux servi seul ou sur un lit de légumes feuilles verts mélangés.

Réglage : Rissoler/Sauter

Donne environ 12 portions

6 gousses d'ail, tranchées
½ tasse (125 mL) de gingembre tranché (environ 4 morceaux de 2 pouces [5 cm])
½ tasse (125 mL) de céleri haché (environ 1½ branche moyenne)
2 oignons verts, tranchés
1 gousse d'anis étoilé
4 tasses (1000 mL) de bouillon de poulet, faible en sodium
2½ tasses (625 mL) d'eau
¾ tasse (175 mL) de vin de riz
¾ tasse (175 mL) de sauce soya, faible en sodium
2 c. à soupe (30 mL) d'huile de sésame
1 pincée de poivre noir frais moulu
3 lb (1,36 kg) de filet de saumon

1. Placer tous les ingrédients, sauf le saumon, dans le multicuiseur de Cuisinart[MD]. Remuer pour combiner; couvrir.
2. Programmer l'appareil à la fonction Rissoler/Sauter à 400 °F (200 °C). Porter à ébullition, puis réduire le feu à 300 °F (150 °C). Poursuivre la cuisson pendant 30 minutes.
3. Ajouter le saumon avec précaution dans le liquide. Laisser cuire pendant environ 15 minutes, jusqu'à ce que le saumon soit cuit. Lorsqu'il est cuit, le saumon se détache en flocons à la fourchette.
4. Servir immédiatement.

Valeur nutritive d'une portion de 4 oz (115 g) de poisson :
Calories 229 (40 % provenant des matières grasses) • glucides 5 g • protéines 25 g • lipides 10 g • gras sat. 2 g • cholestérol 62 mg • sodium 613 mg • calcium 28 mg • fibres 0 g

Plats d'accompagnement

Petits pains au beurre

La recette ci-dessous demande d'utiliser un batteur sur socle, mais vous pouvez aussi la faire avec un robot culinaire ou à la main. La cuisson dans le multicuiseur donne des petits pains tendres et moelleux, comme on les aime pour tremper dans la sauce.

Réglage : Rôtir

Donne 12 petits pains.

½ tasse (125 mL) de lait entier
6 c. à soupe (90 mL) de beurre non salé, coupé en six morceaux
3 c. à soupe (45 mL) de sucre granulé
¾ c. à thé (4 mL) de sel
3 c. à soupe (45 mL) d'eau chaude (105 à 110 °F [40 à 43 °C])
1¾ c. à thé (9 mL) de levure sèche active
1 gros œuf
3 à 3½ tasses (750 à 875 mL) de farine à pain, divisée
beurre pour graisser le moule
1 c. à soupe (15 mL) de lait entier
1 c. à soupe (15 mL) de beurre non salé

1. Faire frémir le lait (faire chauffer jusqu'à ce qu'il bouillonne sur les parois du récipient; cela peut être fait au micro-onde). Incorporer le beurre, le sucre et le sel. Laisser tiédir le mélange (105 à 115 °F [40 à 46 °C]).
2. Mélanger l'eau tiède et la levure avec une pincée de farine et verser dans le bol du batteur sur socle. Laisser reposer pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce que le mélange soit mousseux.

3. Ajouter le mélange de lait tiédi, l'œuf et 2 tasses (500 mL) de farine. Poser le crochet à pétrir et mélanger à faible régime pendant 2 minutes. Pendant que le batteur tourne, ajouter le reste de la farine, 1 c. à soupe (15 mL) à la fois, jusqu'à ce que la pâte commence à se prendre dans le crochet et qu'elle se détache des parois du bol. Augmenter le régime légèrement et pétrir pendant environ 5 minutes, jusqu'à ce que la pâte soit lisse.
4. Transférer la pâte dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] et la laisser reposer pendant 45 à 60 minutes jusqu'à ce qu'elle ait doublé de volume.
5. Beurrer légèrement un moule rond de 8 pouces (23 cm). Dégonfler la pâte d'un coup de poing, la diviser en 12 morceaux de même grosseur et façonner ceux-ci en boule. Placer les boules dans le moule préparé. Insérer la grille de rôtissage dans la marmite et placer le moule dessus. Laisser reposer pendant 30 à 40 minutes jusqu'à ce que la pâte ait doublé de volume.
6. Pendant ce temps, préparer la dorure en combinant le reste du lait et du beurre et faire chauffer jusqu'à ce que le beurre ait fondu. Lorsque les petits pains ont gonflé, les badigeonner de dorure.
7. Programmer l'appareil à la fonction Rôtir à 375 °F (190 °C) pour une durée de 35 minutes. Vérifier la cuisson après 30 minutes. Les petits pains devraient être dorés et devraient avoir atteint une température interne de 205 °F (96 °C).
8. Sortir le moule de la marmite et laisser les petits pains reposer pendant environ 10 minutes avant de les servir. Pour obtenir des petits pains plus mous, badigeonner chacun avec du beurre fondu juste après les avoir sortis du multicuiseur.

Valeur nutritive d'un petit pain :
Calories 144 (28 % provenant des matières grasses) • glucides 7 g • protéines 4 g • lipides 2 g • gras sat. 1 g • cholestérol 22 mg • sodium 157 mg • calcium 17 mg • fibres 1 g

Haricots à l'ail et au romarin

Ces haricots accompagnent à merveille les côtelettes d'agneau. Vous pouvez également les réduire en purée dans un robot culinaire pour en faire une trempette de haricots blancs à servir avec des crudités.*

Réglages : Rissoler/Sauter
Mijoter

Donne environ 5 tasses (1250 mL)

1 lb (450 g) de petits haricots blancs, trempés dans de l'eau à la température de la pièce pendant toute une nuit
1½ c. à thé (7 mL) d'huile d'olive
6 à 8 gousses d'ail, broyées
2 tiges de romarin
½ c. à thé (2 mL) de sel de mer ou cascher
2½ tasses (625 mL) de bouillon de légumes ou de poulet

1. Couvrir les haricots d'environ 2 pouces (5 cm) d'eau et les laisser tremper pendant toute la nuit. Égoutter et rincer.
2. Mettre les haricots rincés dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD] et les couvrir d'eau. Couvrir et programmer l'appareil à la fonction Rissoler/Sauter à 500 °F (260 °C). Porter à ébullition et laisser bouillir pendant 10 minutes. Égoutter les haricots avec précaution et les rincer à l'eau froide; réserver. Essuyer la marmite et la remettre dans l'appareil.
3. Réduire le feu à 375 °F (190 °C). Ajouter l'huile et la faire chauffer. Lorsque l'huile est chaude, ajouter l'ail. Faire rissoler jusqu'à ce que l'ail soit doré et fragrant.
4. Ajouter le reste des ingrédients (en prenant soin d'égoutter les haricots). Remuer pour combiner, couvrir et programmer à la fonction Mijoter à feu vif pour une durée de 3 heures.

5. À l'expiration de ce délai, l'appareil passe automatiquement au mode garde-au-chaud.

* Si l'on compte réduire les haricots en purée, il faudra ajouter plus de liquide.

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 mL) : Calories 166 (8 % provenant des matières grasses) • glucides 29 g • protéines 11 g • lipides 1 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 252 mg • calcium 83 mg • fibres 11 g

Épis de maïs en papillote

Le goût du maïs change pendant l'année, selon le moment où il est en saison. Quand il est au summum de sa fraîcheur, il peut même se passer d'assaisonnement tellement il a bon goût !

Réglage : Rôtir

Makes 4 servings

4	**épis de maïs frais, nettoyés (sans les barbes et les feuilles)**
2	**c. à soupe (30 mL) de beurre non salé, fondu**
½ à 1	**c. à thé (2,5 à 5 mL) de sel de mer ou cascher (commencer avec ½ c. à thé [2 mL] et en ajouter au besoin)**
¼	**c. à thé (1 mL) de poivre noir frais moulu**

1. Badigeonner les épis de beurre, saler et poivrer, et les envelopper dans du papier d'aluminium.

2. Placer la grille de rôtissage dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD], déposer les épis dessus, couvrir. Programmer l'appareil à la fonction Rôtir à 425 °F (220 °C) pour une durée d'environ 40 minutes.

3. À mi-cuisson, tourner les épis en utilisant des pinces.

4. Servir immédiatement. Assaisonner au goût.

Valeur nutritive d'une portion : Calories 113 (47 % provenant des matières grasses) • glucides 14 g • protéines 2 g • lipides 6 g • gras sat. 4 g • cholestérol 15 mg • sodium 277 mg • calcium 2 mg • fibres 2 g

Pommes de terre rouges rôties

Voici un moyen rapide et savoureux de manger des pommes de terre rouges! Deux petits conseils : Les pommes de terre rissolent mieux lorsqu'elles ne sont pas entassées dans la marmite. Il faut les laisser cuire un certain temps dans la marmite chaude avant de les tourner. Votre patience en sera récompensée !

Réglages : Rôtir

Donne environ 8 portions

1½	**c. à soupe (7 mL) d'huile d'olive vierge extra**
3 à 4	**gousses d'ail, broyées**
2 lb	**(900 g) de petites pommes de terre rouges nouvelles, coupées en deux**
¼	**c. à thé (1 mL) de sel de mer ou cascher**
1	**pincée de poivre noir frais moulu**
2	**c. à thé (10 mL) de romarin frais, haché**

1. Mettre tous les ingrédients dans un grand bol à mélanger et les remuer pour bien les enrober. Préchauffer le multicuiseur de Cuisinart[MD] à la fonction Rôtir à 375 °F (190 °C).

2. Ajouter les pommes de terre et les laisser dorer pendant environ 3 minutes, jusqu'à ce qu'elles forment une belle croûte avant de les tourner.

3. Lorsque les pommes de terre sont dorées, ajouter le reste des ingrédients.

4. Couvrir. Programmer l'appareil à la fonction Rôtir à 425 °F (220 °C) pour une durée d'environ 30 minutes, jusqu'à ce que les pommes de terre soient parfaitement cuites.

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 mL) : Calories 106 (23 % provenant des matières grasses) • glucides 19 g • protéines 2 g • lipides 3 g • gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 80 mg • calcium 15 mg • fibres 2 g

Artichauts étuvés

On coupe la tige des artichauts pour qu'ils restent debout; donc, ne sautez pas cette étape. Les tranches de citron empêchent les artichauts de brunir pendant la cuisson en plus d'en rehausser la saveur. Savourez nos artichauts nature ou trempés dans une bonne huile au citron.

Réglage : Étuver

Donne 6 portions

1	**pinte (1 litre) d'eau**
6	**artichauts, de moyens à gros**
6 à 12	**gousses d'ail, tranchées finement**
2	**citrons, un pour le jus et l'autre coupé en 6 tranches**
1	**pincée de poivre noir frais moulu**
1	**pincée de sel de mer ou cascher**

1. Placer la grille d'étuvage dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD], ajouter l'eau et couvrir.

2. Couper la tige des artichauts de manière qu'ils restent debout. Avec un couteau dentelé, couper la partie supérieure des artichauts et à l'aide de ciseaux de cuisine, couper le bout piquant des feuilles extérieures. Tirer sur les feuilles pour ouvrir les artichauts.

3. Répartir les tranches d'ail uniformément entre les feuilles de chaque artichaut. Assaisonner chacun de jus de citron, de sel et de poivre, puis couvrir chacun d'une tranche de citron.

4. Programmer l'appareil à la fonction Étuver pour une durée de 45 minutes.

5. Lorsque l'avertisseur émet la tonalité, placer les artichauts debout sur la grille et couvrir.

6. Les artichauts sont cuits lorsque les feuilles sont faciles à arracher quand on tire dessus.

Valeur nutritive d'un artichaut :
Calories 73 (3 % provenant des matières grasses)
• glucides 17 g • protéines 5 g • lipides 0 g
• gras sat. 0 g • cholestérol 25 mg • sodium 122 mg
• calcium 78 mg • fibres 8 g

Desserts

Sauce aux pommes

À l'automne, les cuisines embaument du délicieux arôme des pommes cuites. Notre recette s'adapte à tous les goûts : vous pouvez y laisser des gros morceaux de fruit ou la réduire en purée pour qu'elle ait la consistance lisse à laquelle on est habitué.

Réglage : Mijoter

Donne environ 8 tasses (2 L)

4 lb (1,81 kg) de pommes pelées ou non, évidées et coupées en morceaux de 2 pouces (5 cm)
2 bâtonnets de cannelle
2 pincées de muscade frais moulue
1 pincée de clou de girofle moulu
1 pincée de sel de mer ou cascher
¾ tasse (175 mL) d'eau
¼ tasse (50 mL) de jus de citron frais (provenant d'environ 2 citrons de grosseur moyenne)

1. Placer tous les ingrédients dans la marmite du Multicuiseur de Cuisinart[MD].
2. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu doux pour une durée de 4 heures.
3. Lorsque l'appareil passe en mode garde-au-chaud, retirer les bâtonnets de cannelle. Pour une sauce à la texture grossière, écraser les pommes cuites avec un pilon à pommes de terre jusqu'à la consistance désirée. Pour une sauce lisse, transférer les pommes dans une passoire et les écraser à l'aide d'une louche au-dessus d'un bol. Cela fait, jeter les peaux (le cas échéant) et remettre la chair dans la marmite. Garder la sauce au mode garde-au-chaud pour la servir ou la laisser refroidir à la température de la pièce avant de la réfrigérer.

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 mL) :
Calories 61 (3 % provenant des matières grasses)
• glucides 16 g • protéines 0 g • lipides 0 g
• gras sat. 0 g • cholestérol 0 mg • sodium 10 mg
• calcium 9 mg • fibres 3 g

Gâteau au fromage au parfum de cannoli

Nous faisons de nombreux gâteaux au fromage dans notre cuisine laboratoire, et l'une de nos méthodes de cuisson préférées (qui est aussi la plus facile et la plus infaillible) est le mijotage. Pour offrir au palais de nouvelles saveurs amusantes, nous avons concocté un gâteau au fromage onctueux au parfum de cannoli.

Réglage : Mijoter

Donne un gâteau au fromage de 7 pouces (18 cm) (moule à charnière)

1 c. à soupe (15 mL) de beurre non salé, à la température de la pièce (pour le moule)

Croûte :

¼ tasse (50 mL) de miettes de biscuits Graham
¼ tasse (50 mL) de pignons rôtis, finement hachés
1 c. à soupe (15 mL) de sucre granulé
1 pincée de sel de mer ou cascher
½ c. à soupe (7 mL) de beurre non salé, fondu et refroidi à la température de la pièce

Garniture :

4 oz (115 g) de fromage à la crème, coupé en morceaux, à la température de la pièce
½ tasse (125 mL) de sucre granulé
¼ c. à thé (1 mL) de sel de mer ou cascher
¼ c. à thé (1 mL) de cannelle moulue
3 gros œufs, à la température de la pièce
2 gros blancs d'œuf, à la température de la pièce
1 c. à thé (5 mL) d'extrait de vanille pur
12 oz (340 g) de ricotta de lait entier, à la température de la pièce
2 oz (56 g) de chocolat amer ou mi-amer, finement haché

1. Placer la grille d'étuvage dans la marmite du multicuiseur de Cuisinart[MD].
2. Badigeonner légèrement le moule à charnière avec la cuillère à soupe de beurre à la température de la pièce. Réserver.
3. Préparer la croûte : Mettre tous les ingrédients de la croûte dans un petit bol à mélanger. Avec un batteur à main ou sur socle, battre à faible régime jusqu'à ce que le mélange se tienne. Tasser la croûte uniformément dans le moule à charnière préparé. Réserver.
4. Préparer la garniture : Avec un batteur à main ou sur socle, mélanger le fromage à la crème, le sucre, le sel et la cannelle à régime moyen jusqu'à consistance très lisse (il faut s'assurer qu'il n'y a pas de grumeaux dans la pâte, sans toutefois trop mélanger). Racler les parois du bol et les batteurs/fouets avec une spatule. Ajouter les œufs et les blancs d'œuf, un à la fois, en les incorporant parfaitement après chaque addition. Ajouter la vanille. Battre à faible régime et ajouter la ricotta avec soin, en veillant à ce que la pâte soit homogène, mais sans trop mélanger. Ajouter le chocolat haché.
5. Verser le mélange dans le moule préparé. Placer le moule sur la grille dans l'appareil.
6. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu vif pour une durée de 2 heures.
7. À l'expiration du délai de cuisson, laisser le gâteau reposer en mode garde-au-chaud dans l'appareil de 30 minutes à 1 heure (il doit être à peine pris).
8. Sortir le gâteau et le laisser refroidir sur une grille à gâteau. Lorsqu'il a refroidi, l'envelopper dans une pellicule plastique et le réfrigérer pendant au moins 6 heures avant de le servir.

Valeur nutritive d'une portion :
Calories 235 (54 % provenant des matières grasses)
• glucides 19 g • protéines 8 g • lipides 14 g
• gras sat. 7 g • cholestérol 91 mg • sodium 191 mg
• calcium 127 mg • fibres 1 g

Croustade aux fruits d'automne

Voici un dessert des plus réconfortants ! Notre recette est excellente pour utiliser nos surplus de fruits d'automne. Vous retrouverez le reste des ingrédients dans le garde-manger. Si vous préférez les poires aux pommes, vous pouvez jouer sur les quantités.

Réglage : Rôtir

Donne 8 à 10 portions

½	**tasse (125 mL) de farine tout usage non blanchie**
¼	**tasse (50 mL) d'avoine roulé (à l'ancienne, pas à cuisson rapide)**
⅓	**tasse (75 mL) de cassonade dorée, tassée**
1	**pincée de sel de table**
1	**pincée de cannelle moulue**
1	**pincée de muscade frais moulue**
2	**c. à soupe (30 mL) de beurre non salé, fondu**
1	**lb (450 g) de pommes (de n'importe quelle variété), pelées, évidées et coupées en tranches de ½ pouce (1,25 cm)**
½	**lb (225 g) de poires (de n'importe quelle variété), pelées, évidées et coupées en tranches de ½ pouce (1,25 cm)**
¼	**tasse (50 mL) de sucre granulé**
2	**c. à soupe (30 mL) de farine tout usage non blanchie**
1	**pincée de sel de table**
¼	**c. à thé (1 mL) d'extrait de vanille pur**

1. Verser les sept premiers ingrédients dans un petit bol à mélanger. Remuer pour combiner parfaitement. Réserver.

2. Mettre le reste des ingrédients dans un grand bol à mélanger. Remuer pour combiner. Transférer le mélange de fruits dans un moule rond de 8 pouces (23 cm). Recouvrir du mélange d'avoine.

3. Placer la grille de rôtissage dans le multicuiseur de Cuisinart[MD], déposer le moule dessus, couvrir et programmer l'appareil à la fonction Rôtir à 375 °F (190 °C) pour une durée de 45 minutes. Cuire jusqu'à ce que le dessus soit doré et que les fruits soient à peine tendres. Commencer à vérifier le degré de cuisson des fruits après 30 minutes et poursuivre la durée de cuisson au besoin. (La durée de cuisson des pommes ou des poires varie selon la variété.)

Valeur nutritive d'une portion (basée sur 10 portions) :
Calories 266 (16 % provenant des matières grasses) • glucides 56 g • protéines 2 g • lipides 5 g • gras sat. 3 g • cholestérol 12 mg • sodium 28 mg • calcium 10 mg • fibres 4 g

Pouding au riz

Quelle meilleure façon de terminer un repas qu'une portion de pouding au riz! Ce dessert a ceci d'intéressant qu'il peut être servi chaud, directement de la marmite, ou froid. Le pouding au riz froid a une consistance plus ferme. Si vous ne servez pas immédiatement votre pouding, ajoutez-y un petit peu de lait ou d'eau pour le rendre plus crémeux.

Réglage : Mijoter

Donne 5 tasses (1250 mL)

2	**tasses (500 mL) de riz Arborio**
3	**boîtes de 12 oz (340 mL) de lait évaporé sans gras**
1	**boîte de 14 oz (412 mL) de lait de coco léger**
¼	**tasse (50 mL) d'eau**
1	**gousse de vanille, coupée en deux et grattée**
1½	**tasse (375 mL) de sucre granulé**
¼	**c. à thé (1 mL) de sel de mer**
1	**c. à soupe (15 mL) d'extrait de vanille pur**
2	**bâtonnets de cannelle entiers**
1	**pincée de muscade frais moulue**

1. Mettre tous les ingrédients dans la marmite du Multicuiseur de Cuisinart[MD]. Remuer pour combiner.

2. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu vif pour une durée de 3 heures.

3. À l'expiration de la durée de cuisson programmée, l'appareil passe automatiquement en mode garde-au-chaud. Laisser le pouding reposer à ce réglage de 30 minutes à 1 heure, selon la consistance désirée : plus il reposera longtemps, plus il sera épais.

4. Retirer et jeter la gousse de vanille et les bâtonnets de cannelle.

5. Si le pouding n'est pas servi immédiatement, y ajouter du liquide (de l'eau ou n'importe quelle sorte de lait) avant de le réchauffer.

Valeur nutritive d'une portion de ½ tasse (125 mL) :
Calories 367 (7 % provenant des matières grasses) • glucides 73 g • protéines 11 g • lipides 3 g • gras sat. 2 g • cholestérol 5 mg • sodium 198 mg • calcium 343 mg • fibres 1 g

Gâteau-pouding au moka à l'étuvée

Meilleur servi chaud, ce gâteau-pouding est le dessert parfait pour les journées froides. Servez-le dans des bols individuels, à moins que vous ne puissiez résister à la tentation de le manger directement dans le plat de cuisson !

Réglage : Mijoter

Donne environ 10 portions

½	**tasse (125 mL ou 1 bâtonnet) de beurre non salé, coupé en 8 morceaux**
½	**tasse (125 mL) de cassonade dorée, tassée**
1	**gros œuf, à la température de la pièce**
1	**tasse (250 mL) de grains de chocolat amer ou mi-amer (soit environ 7 oz [198 g])**
½	**tasse (125 mL) de café infusé, chaud**
2	**c. à soupe (30 mL) de poudre de cacao**
½	**c. à thé (2 mL) d'extrait de vanille pur**
1	**pincée de cannelle moulue**
1	**pincée de sel de table**
¼	**tasse (50 mL) de farine tout usage non blanchie**

1. Avec un batteur à main ou sur socle, mettre en crème le beurre et le sucre jusqu'à consistance légère et crémeuse. Ajouter l'œuf et mélanger seulement jusqu'à ce qu'il soit combiné. Réserver.

2. Placer le chocolat dans un bol résistant à la chaleur, verser le café chaud dessus et remuer jusqu'à ce que le chocolat soit parfaitement fondu. Ajouter la poudre de cacao, la vanille, la cannelle et le sel.

3. Plier le mélange de chocolat à la spatule dans le mélange crémeux. Ajouter la farine. Verser la pâte dans un plat de 2 pintes (1,9 L).

4. Placer la grille d'étuvage dans le multicuiseur de Cuisinart[MD] et placer le plat dessus.

5. Programmer l'appareil à la fonction Mijoter à feu vif pendant 2 heures.

6. Éteindre l'appareil dès qu'il passe en mode garde-au-chaud, et servir immédiatement.

Valeur nutritive d'une portion :
Calories 218 (59 % provenant des matières grasses)
• glucides 22 g • protéines 2 g • lipides 15 g
• gras sat. 9 g • cholestérol 45 mg • sodium 23 mg
• calcium 11 mg • fibres 2 g

GARANTIE

GARANTIE LIMITÉE DE TROIS ANS

Nous garantissons que ce produit Cuisinart sera libre de tout défaut de matériel et de main-d'œuvre, dans le cadre d'un usage domestique normal, pendant une période de 3 ans à partir de la date de l'achat original.

Cette garantie couvre seulement les défauts de fabrication, y compris les défauts mécaniques et électriques. Elle ne couvre pas les dommages causés par un abus du consommateur, des réparations ou modifications non autorisées, un vol, un mauvais usage, ou des dommages causés par le transport ou des conditions environnementales. Les produits dont le numéro d'identification a été retiré ou modifié ne seront pas couverts.

Cette garantie n'est pas offerte aux détaillants ni à d'autres acheteurs ou propriétaires commerciaux.

Si votre produit Cuisinart s'avère défectueux au cours de la période de garantie, nous le réparerons ou le remplacerons, au besoin.

À des fins de garantie, veuillez enregistrer votre produit en ligne au www.cuisinart.ca afin de faciliter la vérification de la date de l'achat original, ou
conservez votre reçu original pendant toute la durée de la période de garantie.

Cette garantie exclut les dommages causés suite à un accident, un mauvais usage ou un abus, y compris les dommages causés par la surchauffe, et elle ne s'applique pas aux égratignures, taches, décolorations ou autres dommages aux surfaces externes ou internes qui ne nuisent pas à l'utilité fonctionnelle de l'outil ou du gadget. Cette garantie exclut également expressément tous les dommages consécutifs ou indirects.

Si l'appareil s'avère défectueux au cours de la période de garantie, **ne le retournez pas au magasin.** Veuillez contacter notre Centre de service à la clientèle :

Numéro sans frais :
1-800-472-7606

Address:

Cuisinart Canada
100 Conair Parkway
Woodbridge, Ont. L4H 0L2

Adresse électronique :
consumer_Canada@conair.com

Modèle : MSC-800C

Afin d'assurer la rapidité et l'exactitude de votre retour de produit, veuillez inclure ce qui suit :

- 10,00 $ pour les frais d'expédition et de manutention du produit (chèque ou mandat postal)
- Adresse de retour et numéro de téléphone
- Description du défaut du produit
- Code de date du produit*/copie de la preuve d'achat original
- Toute autre information pertinente au retour du produit

* Le code de date du produit se trouve sur le dessous de la base. Il s'agit d'un numéro de 4 ou 5 chiffres. Par exemple, 90630 désigne l'année, le mois et le jour (2009, juin/30).

REMARQUE : Pour une meilleure protection, nous vous recommandons de faire appel à un service de livraison traçable et assuré. Cuisinart n'est pas responsable des dommages causés pendant le transport ni pour les envois qui ne lui parviennent pas.

Pour commander des pièces de remplacement ou des accessoires, contactez notre Centre de service à la clientèle, au 1-800-472-7606. Pour plus d'information, veuillez visiter notre site Internet au www.cuisinart.ca

Cuisinart®

SAVOR THE GOOD LIFE®



Coffeemakers
Cafetières



Food Processors
Robots de cuisine



Toasters
Grille-pain



Blenders
Mélangeurs



Ice Cream Makers
Sorbetières

Cuisinart® offers an extensive assortment of top quality products to make life in the kitchen easier than ever. Try some of our other countertop appliances and cookware, and Savor the Good Life®.

CuisinartMD offre une vaste gamme de produits de grande qualité qui facilitent la vie dans la cuisine comme jamais auparavant. Essayez nos autres appareils de comptoir et ustensiles de cuisson et Savor the Good Life®.

www.cuisinart.ca

100 Conair Parkway
Woodbridge, ON L4H 0L2
Consumer Call Centre E-mail:/
Centre d'appel des consommateurs
Consumer_Canada@Conair.com
1-800-472-7606
Printed in China/ Imprimé en Chine
11CC120972